

**HUBUNGAN KECANDUAN BERMAIN GAME ONLINE DENGAN POLA
TIDUR DAN MOTIVASI BELAJAR ANAK USIA 10-12 TAHUN DI SD
MATTOANGIN 2 KECAMATAN MARISO KOTA MAKASSAR**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Meraih Gelar
Sarjana Keperawatan Pada Fakultas Ilmu Kesehatan
UIN Alauddin Makassar

Oleh :

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

DEWI MARLIANTI

NIM : 70300111015

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UIN ALAUDDIN MAKASSAR

2015

ABSTRAK

Game online adalah salah satu teknologi yang memiliki pengaruh dibanyak masyarakat, termasuk anak-anak. Aktivitas bermain *game online* yang dilakukan secara berlebihan dapat membawa pengaruh negatif pada anak. Dan dampak negatif yang dimaksud dalam penelitian ini adalah berkurangnya jam tidur anak-anak akan perubahan pola tidurnya dan berkurangnya motivasi belajar pada anak. Populasi dalam penelitian ini adalah anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin II Kec. Mariso Kota Makassar yaitu sebanyak 76 siswa dimana dalam penelitian ini menggunakan tehknik Total Sampling yaitu dengan penentuan sampel dengan mengambil seluruh anggota populasi sebagai responden atau sampel. Metode penelitian yang digunakan adalah Kuantitatif dengan jenis penelitian Deskriptif Statistik, dan metode analisis data yang digunakan adalah *Fisher's Exact Test*. Data-data yang disajikan dalam penelitian ini menggunakan data primer yaitu melalui kuisisioner dan data sekunder yaitu melalui observasi dan dokumentasi sebagai data pendukung serta referensi yang berkaitan dengan penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecanduan bermain *game online* mempunyai hubungan yang signifikan terhadap pola tidur maupun motivasi belajar anak yang ditunjukan dari uji analisis fisher's exact dimana pola tidur nilai $P = 0,001$ dan motivasi belajar nilap $P < 0,001$ yang lebih kecil dari 0,005.

Kata Kunci: *Game Online*, Pola Tidur, Motivasi Belajar

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Rabbil ‘Alamin, di bawah naungan keagungan-Nya, tiada kata paling indah seraya bersujud selain mengucap rasa syukur yang dalam atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Kecanduan Bermain *Game Online* dengan Pola Tidur dan Motivasi Belajar Anak Usia 10-12 Tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar”.

Dalam proses penyelesaian skripsi ini, mulai dari pengumpulan data dan penyusunannya, tidak sedikit hambatan yang penulis hadapi, tapi berkat bantuan dan bimbingan serta kerja sama dari berbagai pihak, maka hambatan itu bisa teratasi. Untuk itu, penulis dengan segala hormat dan kerendahan hati menyampaikan terima kasih dan penghargaan yang tak terhingga kepada Ibu Arbiansih, S.Kep, Ns, M.Kes selaku pembimbing I dan Bapak Andi Budiyo Adi Putra, S.Kep, Ns, M.Kep selaku pembimbing II yang dengan tulus ikhlasnya meluangkan waktu, pikiran dan tenaga untuk memberikan arahan dan petunjuk dalam penyusunan hasil penelitian ini. Demikian pula ucapan terima kasih yang tulus penulis ucapkan kepada:

1. Bpk Dr. dr. H. Andi Armyn Nurdin, M.Sc selaku Dekan, beserta seluruh dosen dan staf Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.
2. Ibu Hasnah, S.Sit, M.Kes dan Bapak Prof. Dr. Rahim Yunus, M.A selaku penguji yang telah banyak memberikan saran dan masukan yang sangat berharga bagi penulis.
3. Ibu Dr. Nur Hidayah, S.Kep, Ns, M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.

4. Seluruh dosen dan staf Fakultas Ilmu Keperawatan, terkhusus kepada dosen dan staf Program Studi Keperawatan Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.
5. Teman-teman keperawatan angkatan 2011 khususnya sahabat-sahabatku Saldi Yusuf dan Wahdania Umar, Firda Reski Amalia, Aulya Kartini Dg Karra, Andi Usmianti, dan Haryana Hasban yang selalu setia memberikan masukan dan dorongan, serta teman-teman yang tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu.

Akhirnya, sujud hormat dan ungkapan terima kasih yang tak terhingga penulis haturkan kepada kedua orang tua tercinta Muh. Abdullah dan Andi Tekne atas kasih sayang, kesabaran, do'a, dorongan dan semua pengorbanan yang tiada hentinya kepada penulis. Harapan besar dan cita-cita mulia keduanya yang senantiasa mendampingi dan memotivasi penulis untuk berbuat dan berusaha memberikan yang terbaik kepada mereka. Buat kakakku tercinta Dewi Armita, S.Si yang telah banyak memberikan masukan dan bantuan kepada penulis.

Kesempurnaan hanyalah milik yang maha sempurna Allah swt., olehnya itu penulis menyadari bahwa apa yang penulis sajikan dalam skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, tegur sapa dan kritikan yang sifatnya membangun senantiasa penulis nantikan dengan penuh keterbukaan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak khususnya penulis. Amin

Wassalam

Makassar, April 2015

Dewi Marlianti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Hipotesis.....	6
D. Definisi Operasional dan Ruang Lingkup Penelitian	6
E. Tujuan dan Kegunaan Penelitian.....	8
F. Kajian Pustaka	8
G. Manfaat Penelitian	10
BAB II TINJAUAN TEORITIS	
A. Pola Tidur Anak	11
B. Motivasi Belajar.....	28
C. Game Online	35
D. Hubungan Game Online dengan Pola Tidur Anak.....	45
E. Hubungan Game Online dengan Motivasi Belajar.....	46
F. Kerangka Pikir.....	47
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis dan Lokasi Penelitian	48
B. Populasi dan Sampel	48
C. Instrumen Penelitian	49
D. Metode Pengumpulan Data	49
E. Teknik Pengolahan dan Analisis Data	50
F. Etika Penelitian	51

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

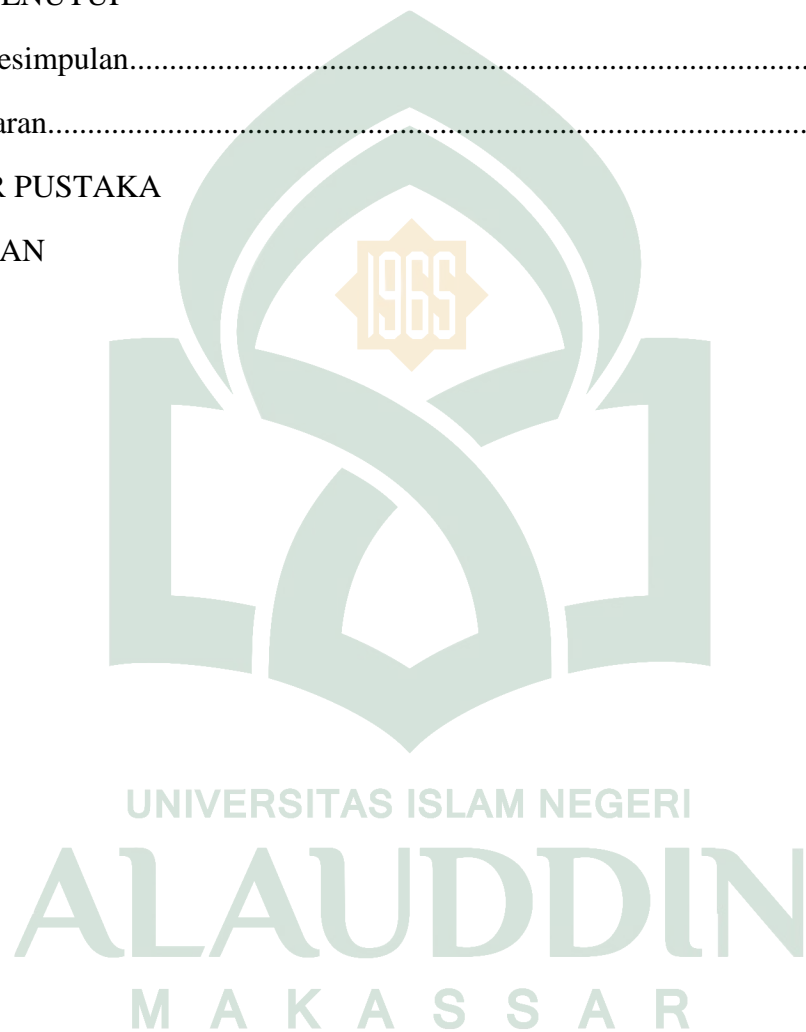
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	53
B. Hasil Penelitian.....	54
C. Pembahasan Penelitian.....	61

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....	71
B. Saran.....	71

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan *game* di dunia semakin pesat, tidak terkecuali di Indonesia. *Game* saat ini sudah menjadi alternatif hiburan bagi tua, muda, pria maupun wanita. Industri dan bisnis pengembangan *game* juga sudah menjadi suatu hal yang menjanjikan, terbukti dengan banyaknya perusahaan pengembang *game* di Amerika, Eropa dan Asia. Negara Indonesia masih terhitung sebagai konsumen *game*, ini dilihat dari tingkat konsumsi *game* yang sangat tinggi, terutama *game* konsol, *Local Area Network (LAN)* dan *online* (Scheel, J. 2008).

Game online di masa sekarang begitu populer di berbagai kalangan, salah satunya populer di antara anak sekolah. Anak sekolah merupakan kelompok yang mudah terpengaruh oleh *game online* terutama anak sekolah dasar, karena menurut Hurlock (2008) sekolah dasar terutama diusia 10-12 tahun seperti itu anak-anak lebih memahami dan masih suka bermain, bergerak dan menyukai permainan yang mempunyai peraturan dan bernuansa persaingan sehingga membuat pemainnya akan bermain terus-menerus tanpa memperdulikan berapa lama waktu yang dipergunakan dan usia sekolah biasanya menyukai permainan kelompok atau tim yang mana permainan ini sangat terorganisasi dan mempunyai peraturan dan bernuansa persaingan yang kuat. Anak usia sekolah memasuki perkembangan baru tentang bermain dan permainan. Pada saat anak memasuki masa sekolah permainan anak

menggunakan dimensi baru yang merefleksikan tingkat perkembangan anak yang baru. Bermain tidak hanya meningkatkan keterampilan fisik tetapi kemampuan intelektual, fantasi anak dan menumbuhkan rasa ingin menang dalam permainan (Wong, 2009).

Andang (2006) telah mengumpulkan beberapa dampak positif bermain *game online*. Bermain *game* memberikan satu latihan yang sangat efektif kepada otak. Sejumlah besar dari mereka membutuhkan keterampilan berpikir abstrak dan tingkat tinggi untuk menang. Keterampilannya adalah seperti: pemecahan masalah dan logika.

Menurut Bruce (2002) dalam (Purnama, 2013) meski demikian tentunya *game online* memiliki dampak negatif, misalnya seorang profesor dari *Tokyo Nihon University*, Akio Mori melakukan kajian mengenai dampak *game* pada aktivitas otak. Dari penelitian Akio Mori tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat 2 poin penting.

Pertama, penurunan aktivitas gelombang otak prefrontal yang memiliki peranan sangat penting, dengan pengendalian emosi dan agresifitas sehingga mereka cepat mengalami perubahan mood, seperti mudah marah, mengalami masalah dalam hubungan dengan hubungan sosial, tidak konsentrasi dan lain sebagainya (Bruce, 2002 dalam Purnama, 2013).

Kedua, penurunan aktivitas gelombang beta merupakan efek jangka panjang yang tetap berlangsung meskipun *gamer* tidak sedang bermain *game*. Dengan kata lain para *gamer* mengalami “*autonomic nerves*” yaitu tubuh mengalami pengelabuan kondisi dimana sekresi adrenalin meningkat, sehingga denyut jantung, tekanan darah, dan kebutuhan oksigen terpacu untuk meningkat. Bila tubuh dalam keadaan seperti ini maka yang terjadi pada

gamer adalah otak mereka merespon bahaya sesungguhnya (Bruce, 2002 dalam Purnama, 2013).

Hasil penelitian dari Anisa menunjukkan bahwa frekuensi bermain *game* dibagi dalam 3 kelompok, yaitu *non gamers*, *casual gamers* dan *regular gamers*. Dan teridentifikasi bahwa lebih dari setengah responden adalah *casual gamers* yaitu sebanyak 44 orang (52%) sedangkan *regular gamers* sebanyak 35 orang (41%) dan yang *non-gamers* hanya 6 orang (7%).

Beberapa penelitian yang dilakukan pada tahun 2000-an, *game online* menjadi populer, sementara penelitian tentang kecanduan *game* internet muncul dengan menguraikan dampak negatif dari *game* yang berlebihan, prevalensi, dan faktor risiko yang terkait. Pembentukan pusat perawatan khusus di Asia Tenggara, Amerika Serikat, dan Eropa mencerminkan meningkatnya kebutuhan bantuan profesional. Dikatakan bahwa dengan memahami daya tarik *game online*, konteks, dan hubungannya dengan neurobiologi maka akan dapat memahami fenomena kecanduan *game online* secara komprehensif.

Menurut Kuss (2011), bahwa dalam beberapa tahun terakhir, penelitian tentang kecanduan *game online* telah meningkat baik dalam kuantitas maupun kualitas. Penelitian pertama mengungkapkan bahwa *game online* merupakan masalah bagi pelajar.

Menurut penelitian yang dilakukan Kuss (2011) bahwa kecanduan *game online* di era saat ini melaporkan bahwa estimasi prevalensi kecanduan *game online* semakin meningkat di dunia. Di negara-negara Asia Tenggara, dampak negatif dari kecanduan *game online* telah menyebabkan pemerintah dan penyedia layanan kesehatan menjadikan hal tersebut menjadi masalah yang serius dan berupaya untuk mengembangkan serangkaian inisiatif untuk

membatasi dan mengatasi masalah tersebut. Di Korea Selatan, kecanduan *game online* dipandang sebagai sebuah keprihatinan yang signifikan bagi kesehatan masyarakat, 24% anak-anak di negara tersebut telah didiagnosis dengan kecanduan *internet hospitalized*. Di Jepang, pemerintah telah mengakui masalah tersebut menjadi sebuah studi oleh Departemen Pendidikan, yang telah menyebabkan pengembangan "*fasting camp*" di mana individu yang menderita dampak negatif dari internet dan kecanduan *game online* dibantu dengan memutuskan teknologi secara keseluruhan. Telah dinyatakan bahwa semakin tinggi penetrasi internet dan penerimaan *game online*, semakin tinggi prevalensi masalah. Sebagian menjelaskan tingkat prevalensi lebih tinggi dilaporkan di negara-negara Asia Tenggara (Kuss, 2011).

Saat ini ada pusat perawatan khusus dan program telah didirikan di Eropa (termasuk klinik rawat jalan untuk kecanduan perilaku di Mainz, Jerman, dan Rumah Sakit Nightingale Cadio di London, Inggris) dan Amerika Serikat (termasuk pusat perawatan *Restart Internet Addiction Recovery Program* di Seattle dan di Pennsylvania), hal tersebut mencerminkan meningkatnya kebutuhan bantuan profesional (Kuss, 2011)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Winsen tentang adiksi bermain *game online* pada anak usia sekolah di warung internet penyedia *game online* Jatinangor Sumedang menunjukkan bahwa dari 71 responden terdapat 62% yang adiksi bermain *game online* dan sebanyak 38% responden tidak mengalami adiksi bermain *game online*.

Di dunia pada tahun 2013, jumlah *gamer* sebanyak 1,3 milyar. Saat ini jumlah populasi dunia sebanyak 7,1 milyar artinya 17% total penduduk adalah *gamer* (Liputan 6.com).

Di Indonesia sendiri data tentang penggunaan internet dirilis oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2012 bahwa sebanyak 18,5 % internet digunakan untuk *game online*. Indonesia mempunyai jumlah pemain *games* yang cukup besar. Namun sayangnya karena keterbatasan data hasil penelitian mengenai hal ini jumlah pemain *games* di Makassar belum diketahui secara tepat.

Selain data tersebut APJII juga merilis data bahwa *game online* yang paling digemari adalah permainan *point blank*, sebuah permainan komputer bertemakan perang modern, strategi perang, dan senjata dimainkan secara *online*. Permainan ini dikembangkan oleh Zepetto dari Korea Selatan yang dipublikasikan oleh NCSOFT, dan di Indonesia memiliki server tersendiri.

Pada saat melakukan observasi awal di sekolah SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar, peneliti melihat bahwa anak ketika belajar dikelas lebih suka sibuk sendiri, berbicara dengan temannya, melamun, mengantuk dan tidak fokus untuk belajar bahkan nilai-nilai pelajaranpun mengalami penurunan, ini bisa dilihat dari banyaknya siswa yang nilai pelajarannya tidak memenuhi standar yang telah berlaku, ini disebabkan karena anak terpengaruh oleh *game online* yang mereka mainkan, karena hampir semua anak menyukai permainan ini dan sering memainkannya, ditambah dengan warnet yang ada disekitaran sekolah yang membuat anak setelah pulang sekolah tidak langsung pulang melainkan ke warnet sekedar untuk bermain *game online*.

Peneliti juga melakukan wawancara langsung dengan pemilik persewaan warung internet (warnet) *game online* sekitar sekolah tersebut bahwa banyak anak usia sekolah baik Sekolah Dasar (SD) dan Sekolah

Menengah Pertama (SMP) yang menyewa permainan tersebut, dan yang dominan dan paling banyak yang datang adalah anak usia sekolah dasar. Oleh karena itu, berdasarkan uraian di atas, penulis bermaksud melakukan penelitian pada anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan melalui observasi data awal dan wawancara langsung dengan guru di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar, bahwa murid-murid di sekolah tersebut banyak yang suka memainkan *game online*, terutama pada anak yang berada di kelas 5 sampai kelas 6 yang memiliki usia 10-12 tahun yaitu sebanyak 76 orang maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “bagaimana hubungan kecanduan bermain *game online* dengan pola tidur dan motivasi belajar anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar?”

C. Hipotesis

Hipotesis adalah pernyataan yang diterima sementara dan masih perlu diuji. Berdasarkan definisi tersebut, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan kecanduan bermain *game online* dengan pola tidur dan motivasi belajar anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar.

D. Defenisi Operasional dan Ruang Lingkup Penelitian

Defenisi operasional adalah spesifikasi kegiatan peneliti dalam mengukur atau memanipulasi suatu variabel. Defenisi operasional memberikan batasan atau arti suatu variabel dengan merinci hal yang harus dikerjakan oleh peneliti untuk mengukur variabel tersebut (Sarwono, 2006).

Dalam penelitian kuantitatif, secara umum terdiri dari 2 (dua) variabel, yaitu variabel terikat (*dependent*) dan variabel bebas (*independent*). Dalam penelitian ini yang menjadi variabelnya adalah sebagai berikut:

1. Pola Tidur Anak

Pola tidur yang dimaksud dalam penelitian ini adalah berdasarkan jumlah tidur, irama dan kepuasan tidur anak usia sekolah dari saat masuk tidur sampai bangun.

Alat mengukur : Memberikan kuisioner kepada siswa

Kriteria Objektif

- a. Terganggu : 21
- b. Tidak terganggu : < 21

Keterangan :

- a. Jika skor yang diperoleh ≥ 21 maka pola tidur anak dikatakan terganggu
- b. Jika skor yang diperoleh < 21 maka pola tidur anak dikatakan tidak terganggu

2. Motivasi Belajar

Motivasi Belajar yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu dorongan atau keinginan untuk belajar pada anak usia sekolah.

Alat mengukur : Memberikan kuisioner kepada siswa

Kriteria Objektif

- a. Kurang : 21
- b. Baik : < 21

Keterangan :

- a. Jika skor yang diperoleh ≥ 21 maka motivasi belajar anak dikatakan kurang baik
- b. Jika skor yang diperoleh < 21 maka motivasi belajar anak dikatakan baik

3. Kecanduan Bermain *Game Online*

Kecanduan Bermain game online yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kegiatan atau aktifitas yang dilakukan dengan *fun* atau menyenangkan yang memiliki aturan sehingga ada yang menang dan ada yang kalah yang memanfaatkan jaringan komputer (LAN atau internet) sebagai mediana.

Alat mengukur : Memberikan kuisioner kepada siswa

Kriteria Objektif

- a. Kecanduan : 21
- b. Tidak Kecanduan : < 21

Keterangan :

- a. Jika skor yang diperoleh ≥ 21 maka anak dikatakan kecanduan bermain *game online*
- b. Jika skor yang diperoleh < 21 maka anak dikatakan tidak kecanduan bermain *game online*

E. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Umum

Secara umum tujuan dari penelitian ini adalah diketahuinya hubungan kecanduan bermain *game online* dengan pola tidur dan motivasi belajar anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahuinya pola tidur anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar.
- b. Diketahuinya motivasi belajar anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar.
- c. Diketahuinya hubungan pola tidur dengan bermain *game online* anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar.
- d. Diketahuinya hubungan motivasi belajar dengan bermain *game online* anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar.

F. Kajian Pustaka

Hasil penelitian dari Anisa menunjukkan bahwa frekuensi bermain *game* dibagi dalam 3 kelompok, yaitu *non gamers*, *casual gamers* dan *regular gamers*. Dan teridentifikasi bahwa lebih dari setengah responden adalah *casual gamers* yaitu sebanyak 44 orang (52%) sedangkan *regular gamers* sebanyak 35 orang (41%) dan yang *non-gamers* hanya 6 orang (7%).

Hasil penelitian dari Winsen tentang adiksi bermain *game online* pada anak usia sekolah di warung internet penyedia *game online* Jatinangor

Sumedang menunjukkan bahwa dari 71 responden terdapat 62% yang adiksi bermain *game online* dan sebanyak 38% responden tidak mengalami adiksi bermain *game online*.

Hasil penelitian dari Angela menunjukkan pengaruh antara *game online* terhadap motivasi belajar siswa (r) adalah 0,539. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi adanya pengaruh yang sedang tapi pasti antara *game online* terhadap motivasi belajar. Nilai koefisien berganda (R^2) atau R squared adalah 0,291, nilai ini memiliki arti bahwa besar pengaruh variabel motivasi belajar disebabkan oleh variabel *game online* sebesar 29,1 %. Sedangkan sisanya sebesar 70,9% disebabkan variabel lain yang tidak diteliti, seperti penelitian yang dilakukan oleh Uji T ini digunakan untuk pengujian signifikansi koefisien korelasi, untuk mengetahui apakah variabel X berdampak signifikan terhadap variabel Y. Maka T hitung ($8,753 > T$ tabel (1,665) , maka H_0 ditolak dan H_a diterima . H_a dalam penelitian ini adalah adanya pengaruh *game online* terhadap motivasi belajar siswa di SDN 015 samarinda ilir.

Hasil penelitian dari Rini Trias Ambarsari dan Dewi Listyowati tentang lama bermain *game online* menunjukkan 22 responden (32,4%) dengan bermain pendek, 27 responden (39,7%) waktu bermain menengah, dan 19 responden (27,9%) bermain dengan waktu yang lama. Hasil penelitian tentang pola tidur yang 43 responden (63,2%) yang memiliki perubahan pola tidur, sedangkan 25 responden (36,8%) tidak mengalami perubahan pola tidur.

G. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Memberi pengalaman baru bagi peneliti dalam melaksanakan penelitian dan memperkuat landasan teoritis tentang hubungan kecanduan bermain *game online* dengan pola tidur anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Memberikan informasi atau kontribusi pada mahasiswa jurusan keperawatan dalam melakukan penelitian dan dapat dijadikan dasar untuk penelitian selanjutnya bagi profesi keperawatan.

3. Bagi Masyarakat Umum

Untuk memberi informasi bagi masyarakat terutama untuk ibu dan anak bahwa terlalu lama melakukan *game online* akan menimbulkan dampak negatif bagi kesehatan terutama pada anak.

BAB II

TINJAUAN TEORITIS

A. Pola Tidur Anak

1. Anak

Anak adalah manusia yang baru tumbuh dan berkembang yang memerlukan kasih sayang, baik disekolah, dirumah maupun dimana saja. Anak adalah seseorang yang belum berusia 18 tahun termasuk anak yang masih ada dalam kandungan. Adapun yang dimaksud dengan anak dalam penelitian disini adalah orang yang berusia 6-12 tahun atau disebut masa usia sekolah dasar/usia kanak-kanak akhir. Anak masa usia dasar dimulai pada usia 6-12 tahun, karena pada usia ini anak biasanya duduk disekolah dasar, juga disebut sebagai masa berkelompok dan masa intelektual. Anak mulai menguasai keahlian membaca, menulis, dan berhitung. Prestasi menjadi keahlian utama dari kehidupan anak dan mereka semakin mampu mengendalikan diri (Zainal, 2008).

Selanjutnya seorang anak mulai bersekolah dimana ia akan memperoleh pendidikan secara formal dari guru/pengajar/pendidik. Sekolah adalah tempat sesudah keluarga dimana anak akan memperoleh pendidikan. Oleh karena itu sekolah merupakan lembaga yang sangat penting didalam pembentukan kepribadian anak dan menentukan mutu anak tersebut dikemudian hari.

Menurut Nasution (dalam Djamarah, 2008) masa usia sekolah sebagai masa kanak-kanak akhir yang berlangsung dari usia enam tahun hingga kira-kira sebelas atau duabelas tahun. Usia ini ditandai dengan mulainya anak masuk sekolah dasar dan dimulainya sejarah baru dalam

kehidupannya yang kelak akan mengubah sikap-sikap dan tingkah lakunya. Para guru mengenal masa ini sebagai masa sekolah oleh karena pada usia inilah anak untuk pertama kalinya menerima pendidikan formal, tetapi bisa juga dikatakan bahwa masa usia sekolah adalah masa matang untuk belajar maupun masa matang untuk sekolah. Disebut masa matang untuk belajar karena anak sudah berusaha untuk mencapai sesuatu, sedangkan disebut masa matang untuk sekolah karena anak sudah menamatkan taman kanak-kanak, sebagai lembaga persiapan bersekolah yang sebenarnya, dan anak sudah menginginkan kecakapan-kecakapan baru yang dapat diberikan dari sekolah.

Masa usia sekolah dianggap oleh Suyanto (2005) sebagai masa intelektual atau masa keserasian bersekolah. Tetapi dia tidak berani mengatakan pada umur berapa tepatnya anak matang untuk masuk sekolah dasar. Kesukaran penentuan ketepatan umur matang untuk masuk sekolah dasar disebabkan kematangan itu tidak hanya ditentukan oleh umur semata, tetapi ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhinya seperti yang sudah dibahas sebelumnya.

Defenisi-defenisi yang telah diungkapkan oleh beberapa ahli di atas, jika disimpulkan mengatakan bahwa usia sekolah adalah usia yang sangat penting dalam perjalanan hidup anak, karena usia inilah pertama sekali anak diperkenalkan dengan dunia pendidikan formal, dimana dalam pendidikan formal anak sudah dituntut mampu menerapkan intelektualnya. Dalam masa ini juga anak mengalami pertumbuhan fisik serta perkembangan emosional dan sosial, anak senang berkumpul dengan teman sebaya untuk melakukansosialisasi. Rentang umur usia sekolah antara enam sampai dua belas tahun sesuai dengan pendapat Nasution (dalam Djamarah, 2008).

Sekolah berperan sebagai agens untuk mentransmisikan nilai-nilai masyarakat pada setiap generasi selanjutnya dan mengatur berbagai hubungan dengan teman sebaya. Sebagai agens sosialisasi kedua setelah keluarga, sekolah memberikan pengaruh besar pada perkembangan sosial anak.

Masuk sekolah menyebabkan terputusnya struktur dunia anak. Bagi sebagian besar anak, masuk sekolah merupakan pengalaman pertama mereka untuk menyesuaikan diri dengan pola kelompok yang dipaksakan oleh orang dewasa selain orang tua dan yang memiliki tanggung jawab terhadap banyak anak secara konstan mengawasi anak per individu. Anak ingin pergi ke sekolah dan biasanya menyesuaikan diri terhadap kondisi yang baru dengan sedikit kesulitan. Penyesuaian yang berhasil secara langsung berhubungan dengan kematangan fisik dan emosional anak, dan kesiapan orangtua dalam menerima perpisahan karena anak sudah masuk sekolah. Selain itu sebagian besar anak telah memiliki pengalaman dari perawatan sehari-hari, pengalaman prasekolah (mis, playgroup dan taman kanak-kanak).

Guru dalam hal ini memfasilitasi transisi dari rumah ke sekolah, guru harus memiliki karakteristik kepribadian yang memungkinkan mereka memenuhi kebutuhan anak yang lebih kecil. Guru seperti halnya orangtua, memperhatikan kesejahteraan psikologis dan emosional anak. Walaupun fungsi guru dan orangtua berbeda, keduanya memberikan batasan perilaku dan keduanya berada pada posisi untuk menguatkan standar perilaku. Namun, tanggung jawab utama guru adalah menstimulasi dan membimbing perkembangan intelektual anak. Orangtua sama-sama bertanggung jawab untuk membantu anak memperoleh potensi maksimalnya. Menanamkan tanggung jawab merupakan tujuan dari bantuan orangtua. Bertanggung jawab

terhadap tugas sekolah membantu anak belajar menepati janji, memenuhi tenggang waktu, dan berhasil dipekerjaannya saat ia menjadi orang dewasa.

Sebagaimana dalam firman Allah swt. dalam Q.S An-Nisa: 9.

وَلْيَخْشَ الَّذِينَ لَوْ تَرَكَوْا مِنْ خَلْفِهِمْ ذُرِّيَّةً ضِعَفًا خَافُوا عَلَيْهِمْ
فَلْيَتَّقُوا اللَّهَ وَلْيَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا

Terjemahnya:

“Dan hendaklah takut kepada Allah orang-orang yang seandainya meninggalkan di belakang mereka anak-anak yang lemah, yang mereka khawatir terhadap (kesejahteraan) mereka. Oleh sebab itu hendaklah mereka bertakwa kepada Allah dan hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang benar.”

Dalam ayat 9 ini tersirat bahwa tanggung jawab terhadap turunan, bukan hanya bersifat materi, tapi juga immateri seperti pendidikan dan pembinaan taqwa.

Istilah *latchkey children* digunakan untuk menggambarkan anak usia sekolah dasar yang ditinggalkan untuk merawat dirinya sendiri sebelum atau sesudah sekolah tanpa pengawasan orang dewasa, memberikan kesejahteraan fisik anak diluar lingkungan sekolah. Guru bersama-sama orangtua memberi pengaruh dalam menentukan sikap dan nilai anak. Guru yang membuat pernyataan pendukung yang meyakinkan atau memuji anak menggunakan pernyataan yang dapat diterima dan jelas yang membantu anak memperhalus ide dan perasaanya, serta memberikan bimbingan yang membantu anak memecahkan masalahnya sendiri untuk memperluas dan mengembangkan konsep diri positif pada anak usia sekolah (Wong, 2008).

Dalam periode ini, mereka berinteraksi dengan dunia sosial yang lebih luas diluar keluarga. Masa ini juga disebut masa anak sekolah, yaitu masa untuk matang belajar, anak tersebut sudah merasa besar dan tidak mau lagi sebagai kanak-kanak kecil. Anak tersebut sudah terlepas dari lembaga pendidikan dasar/taman kanak-kanak. Anak sudah mulai matang untuk belajar sebenarnya, mereka ingin berusaha untuk mencapai sesuatu sebagai perkembangan aktifitas bermain dan bekerja. Disini anak sudah ingin memperoleh kecakapan-kecakapan baru yang diperoleh dalam sekolah maupun dalam saat bermain. Pada masa ini juga anak diharapkan memperoleh dasar-dasar pengetahuan yang dianggap penting untuk keberhasilan penyesuaian diri pada kehidupan dewasa, dan mempelajari berbagai macam ketrampilan penting tertentu, baik keterampilan kurikuler maupun ekstrakurikuler (Siswanto, 2007).

Dalam Surah Ar Rahman ayat 1-4 dijelaskan:

الرَّحْمَنُ ۝ عَلَّمَ الْقُرْآنَ ۝ خَلَقَ الْإِنْسَانَ ۝ عَلَّمَهُ الْبَيَانَ ۝

Terjemahnya:

“(Rabb) Yang Maha Pemurah. Yang telah mengajarkan al Qur’an. Dia menciptakan manusia. Mengajarnya pandai berbicara /Al-Bayan”.

Kaitannya dengan subyek pendidikan adalah bahwa dari empat ayat diatas kita mendapatkan pelajaran bahwa Allah adalah sebagai pelaku/subyek pendidikan, yaitu yang mengajarkan manusia Al-Qur’an sebagaimana mengajarkannya juga pandai berbicara. Kemudian Rasulullah saw mengajarkan Al-Qur’an kepada umatnya.

2. Pola Tidur

a) Defenisi

Pola tidur adalah model, bentuk atau corak tidur dalam jangka waktu yang relatif menetap dan meliputi (1) jadwal jatuh (masuk) tidur dan bangun, (2) irama tidur, (3) frekuensi tidur dalam sehari, (4) mempertahankan kondisi tidur, dan (5) kepuasan tidur (Prayitno, 2012).

Tidur adalah merupakan suatu kondisi istirahat alami yang dialami oleh manusia dan hewan-hewan lainnya yang sangat penting untuk kesehatan. (organisasi. Org komunitas). Setiap manusia membutuhkan waktu tidur kurang lebih sekitar sepertiga waktu hidupnya atau sekitar 6-8 jam sehari. Secara alami dan otomatis jika tubuh lelah maka kita akan merasa mengantuk sehingga memaksa tubuh kita untuk beristirahat secara fisik dan mental (Arjunam, 2011).

Dengan waktu tidur yang cukup maka kita akan merasa segar bugar ketika bangun pagi dan siap melakukan berbagai aktifitas sepanjang hari dari pagi hingga malam. Normalnya manusia tidur pada saat malam hari hingga pagi hari, namun tidak jarang ada orang yang bisa tidur dari siang sampai malam hari karena tuntutan pekerjaan atau karena sudah terbiasa.

Menurut penelitian, orang yang tidur selama 6,5 sampai 7,5 jam dalam sehari akan memiliki hidup yang lebih panjang dari pada yang tidurnya hanya memakan waktu kurang dari 6,5 jam atau lebih dari 8 jam perhari (*Japan Epidemiology Association*).

Lalu apa definisi tidur? Sebagai acuan, tidur bisa diartikan sebagai bagian dari periode alamiah kesadaran yang terjadi ketika tubuh direstorasi (diperbaiki) yang dicirikan oleh rendahnya kesadaran

dan keadaan metabolisme tubuh yang minimal. Secara otomatis, otak kita memprogram untuk tidur begitu gelap datang dan terbangun ketika terang tiba. Pun kita bisa tidur kapan saja, baik karena mengantuk ataupun dipengaruhi obat-obatan. (Achmanto Mendatu, 2006).

Di sini kita diingatkan kembali ingat dengan apa yang disampaikan oleh Al Quranul Karim, untuk tidur di malam dan siang hari. Bahkan tidur siang sebentar itu tidak kalah pentingnya sebagaimana tidur malam.

وَمِنْ آيَاتِهِ مَنَامُكُمْ بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ

Terjemahnya:

"Dan di antara ayat-ayat-Nya tidur di malam hari dan siang hari."

b) Tahapan tidur

Tahapan tidur terdapat tidur tenang atau non REM (*non rapid eye movement*) dan tidur aktif atau REM, dengan penjelasan sebagai berikut:

1. Tidur Non REM

Tidur non REM terdiri dari 4 tahap, dimana setiap tahapnya mempunyai ciri tersendiri :

- a. Pada tidur tahap I terjadi bila merasakan ngantuk dan mulai tertidur. Jika telepon berbunyi atau ada sesuatu sampai terbangun, sering kali tidak merasakan bahwa sebenarnya kita telah tertidur. Gelombang listrik otak memperlihatkan 'gelombang alfa' dengan penurunan voltase. Tahap I ini berlangsung 30 detik sampai 5 menit pertama dari siklus tidur.
- b. Tidur tahap II, seluruh tubuh kita seperti berada pada tahap tidur yang lebih dalam. Tidur masih mudah dibangunkan, meskipun kita

benar-benar berada dalam keadaan tidur. Periode tahap 2 berlangsung dari 10 sampai 40 menit. Kadang-kadang selama tahap tidur 2 seseorang dapat terbangun karena sentakan tiba-tiba dari ekstremitas tubuhnya. Ini normal, kejadian sentakan ini, sebagai akibat masuknya tahapan REM.

- c. Tahap 3 dan 4. Tahap ini merupakan tahap tidur nyenyak. Pada tahap 3, Orang yang tertidur cukup pulas, rileks sekali karena tonus otot lenyap sama. Tahap 4 mempunyai karakter : tanpa mimpi dan sulit dibangunkan, dan orang akan bingung bila terbangun langsung dari tahap ini, dan memerlukan waktu beberapa menit untuk meresponnya. Pada tahap ini, diproduksi hormone pertumbuhan guna memulihkan tubuh, memperbaiki sel, membangun otot dan jaringan pendukung. Perasaan enak dan segar setelah tidur nyenyak, setidaknya disebabkan karena hormon pertumbuhan bekerja baik.

Menurut Tarwoto & Wartonah, (2006) tahapan Non REM mempunyai karakter sebagai berikut : Non REM Tahap I keadaan ini masih dapat merespons cahaya, berlangsung beberapa menit, aktivitas fisik menurun, tanda vital dan metabolisme menurun, bila terbangun terasa sedang mimpi. Non REM Tahap II tubuh mulai relaksasi otot, berlangsung 10 – 20 menit, fungsi tubuh berlangsung lambat, dapat dibangunkan dengan mudah. Non REM Tahap III adalah awal dari keadaan tidur nyenyak, sulit di bangunkan, relaksasi otot menyeluruh, tekanan darah menurun, berlangsung 15 – 30 menit. Non REM Tahap IV sudah terdapat tidur nyenyak, sulit untuk di bangunkan, untuk restorasi dan

istirahat, tonus otot menurun, sekresi lambung menurun, gerak bola mata cepat.

2. Tidur REM

Tahap tidur REM sangat berbeda dari tidur non REM. Tidur REM adalah tahapan tidur yang sangat aktif. Pola nafas dan denyut jantung tak teratur dan tidak terjadi pembentukan keringat. Kadang-kadang timbul twitching pada tangan, kaki, atau muka, dan pada laki-laki dapat timbul ereksi pada periode tidur REM. Walaupun ada aktivitas demikian orang masih tidur lelap dan sulit untuk dibangunkan. Sebagian besar anggota gerak tetap lemah dan rileks. Tahap tidur ini diduga berperan dalam memulihkan pikiran, enjernihkan rasa kuatir dan daya ingat dan mempertahankan fungsi sel-sel otak.

Siklus tidur pada orang dewasa biasanya terjadi setiap 90 menit. Pada 90 menit pertama seluruh tahapan tidurnya adalah NonREM. Setelah 90 menit, akan muncul periode tidur REM, yang kemudian kembali ke tahap tidur Non REM. Setelah itu hampir setiap 90 menit tahap tidur REM terjadi. Pada tahap awal tidur, periode REM sangat singkat, berlangsung hanya beberapa menit. Bila terjadi gangguan tidur, periode REM akan muncul lebih awal pada malam itu, setelah kira-kira 30-40 menit. Orang itu akan mendapatkan tidur tahap 3 & 4 lebih banyak. Selama tidur, tahapan tidur akan berpindah-pindah dari satu tahap ke tahapan yang lain, tanpa harus mengikuti aturan yang biasanya terjadi. Artinya suatu malam, mungkin saja tidak ada tahap 3 atau 4. Tapi malam lainnya seluruh tahapan tidur akan didapatkannya. Karakteristik tidur REM meliputi : mata cepat tertutup dan terbuka,

kejang otot kecil, otot besar imobilisasi, pernapasan tidak teratur, kadang dengan apnea, nadi cepat dan ireguler, tekanan darah meningkat atau fluktuasi, sekresi gaster meningkat, metabolisme meningkat, temperatur tubuh naik, siklus tidur : sulit di bangunkan (Alimul, 2006)

c) Mekanisme tidur : *Sleep Clock*

Ada suatu mekanisme dalam tubuh kita yang mengatur kualitas tidur kita yang ditentukan oleh seberapa lelap dan seberapa lama kita tidur. Mekanisme ini disebut *body clock*. Namun karena kita sedang membicarakan tentang tidur, istilah ini akan diganti menjadi *sleep clock*. *Sleep clock*, adalah suatu system yang mendasari dan mengatur tidur dan energi kita. (Kacper M. Postawski, PowerfulSleep.com.) *Sleep clock* memiliki 4 variabel utama yang mempengaruhi tidur kita:

1. *Circadian Rhythm*.

Bagian pertama, dan terpenting, dari *sleep clock* adalah *Circadian Rhythm*. *Circadian Rhythm* adalah ritme suhu tubuh. Suhu tubuh kita, sebenarnya tidak konstan 37°C, melainkan naik-turun seiring jam bertambah dalam satu hari. Perbedaan suhu tubuh yang terjadi sekitar 2o C. Saat suhu tubuh naik, kita menjadi lebih terjaga dan energik, sedangkan saat suhu tubuh turun kita menjadi lebih lelah dan malas. Ritme suhu tubuh inilah penyebab kita merasa mengantuk dan terbangun pada jam yang sama setiap hari. Secara umum, suhu tubuh kita akan meningkat pada pagi-pagi hingga mencapai puncak pada sekitar siang menjelang sore, kemudian suhu tubuh akan menurun hingga mencapai titik terendah sebelum meningkat lagi. Selainitu, kita

dapat melihat bahwa pada siang hari suhu tubuh kita sempat menurun. Hal ini menjelaskan mengapa pada siang hari kadang-kadang kita merasa mengantuk dan membutuhkan tidur siang. Namun, karena tuntutan kehidupan sosial, kita terkadang melawan dorongan tidur ini, misalnya dengan mengonsumsi kafein. Biasanya, ritme suhu tubuh kita akan mengikuti pola yang sama. Misalkan, jika selama ini kita selalu bangun jam 6.00, maka, jam berapapun kita tidur, apakah jam 19.00, 21.00, 23.00, atau 1.00, suhu tubuh kita akan mulai meningkat pada pukul 6.00. Apabila kita mengantuk pada 4 jam berikutnya, hal ini berarti pada kurun waktu tersebut suhu tubuh kita meningkat dengan pelan, dan belum mencapai titik puncaknya. Sebagian besar orang mengalami titik puncak suhu tubuh pada jam 18.00-19.00. Jika suatu ketika kita bangun lebih pagi, pukul 4.00 misalnya, hal ini tidak membuat suhu tubuh kita meningkat pada pukul 4.00, suhu tubuh kita akan tetap rendah dan baru meningkat pada jam 6.00 seperti biasa, dan mungkin membuat kita mengantuk selama 6 jam kemudian (bukan 4 jam). Inilah penyebab bangun lebih pagi dari biasanya sering terasa begitu berat! Apabila ritme suhu tubuh kita terlalu datar (kurang meningkat atau menurun), kita akan mengalami kesulitan mencapai tidur lelap. Kita dapat melakukan aksi yang tepat untuk mengoptimalkan ritme suhu tubuh kita, sehingga kita dapat tidur lebih sedikit namun memiliki energy lebih banyak. Mengubah ritme suhu tubuh ini tidak sederhana. Banyak orang yang mengalami *jet lag* karena tidak mampu mengubah *sleep clock* mereka dengan cepat.

2. Melatonin dan cahaya matahari.

Faktor penting kedua dari *sleep clock* adalah melatonin. Melatonin adalah hormon yang dibentuk kelenjar pineal dan retina. Melatonin bertugas untuk membuat kita tertidur dan mengembalikan energy fisik ketika kita tidur. Apabila melatonin tinggi, kita akan merasa mengantuk, dan lemah. (dr Brandon, 2008) Level melatonin dalam tubuh sangat tergantung pada jumlah cahaya matahari yang diterima mata pada suatu hari. Banyak cahaya matahari akan memperlambat proses pembentukan melatonin, sebaliknya kekurangan cahaya matahari akan membuat peningkatan secara cepat pada jumlah melatonin yang berakibat timbulnya rasa mengantuk dan lelah. Hal ini menjelaskan mengapa dalam kelas yang pencahayaannya buruk kita lebih mudah mengantuk. Untuk mengoptimasi *sleep clock* kita, mendapatkan cahaya matahari yang cukup merupakan suatu kewajiban.

3. Level aktivitas

Jumlah pergerakan dan latihan kardiovaskular yang dilakukan pada saat malam berimbas besar pada ritme suhu tubuh kita. Secara umum ada 4 manfaat yang bisa diperoleh:

- a) Peningkatan yang cepat pada suhu tubuh yang dapat sangat berguna bagi system tidur.
- b) Meningkatkan puncak suhu tubuh pada siang hari dan meningkatkan level energy kita.
- c) Memperlambat turunnya suhu tubuh keesokan hari, menjadikan kita terjaga lebih lama.

d) Membuat suhu tubuh turun drasis pada akhir hari sehingga tidur lebih lelap.

4. Keterjagaan sebelumnya

Keterjagaan kita di hari sebelumnya juga sangat berpengaruh terhadap *sleep clock*, karena keterjagaan sebelumnya sangat berkaitan dengan 3 faktor sebelum ini. Lebih lama terjaga, kita dapat melakukan level aktivitas yang lebih tinggi. Selain itu, terjaga lebih lama nyaris berarti kita lebih banyak pula bertemu cahaya matahari. Karena itu, apabila kita tidur 8-9 jam per hari dan tetap merasa lemas, ini bisa berarti kita membutuhkan tidur LEBIH SEDIKIT. Kita tidur terlalu banyak dan harus meningkatkan keterjagaan untuk mendapat tidur yang lebih lelap dan ritme suhu tubuh yang lebih seimbang (chess mcdoogole, 2010).

d) Faktor - faktor yang mempengaruhi Tidur

Menurut (Alimul, 2006). Kualitas dan kuantitas tidur dipengaruhi beberapa faktor. Kualitas tersebut dapat menunjukkan adanya kemampuan individu untuk tidur dan memperoleh jumlah istirahat sesuai dengan kebutuhannya di antaranya faktor faktor yang mempengaruhi tidur antara lain adalah:

1. Penyakit

Sakit dapat mempengaruhi kebutuhan tidur seseorang. Banyak penyakit yang memperbesar kebutuhan tidur, misalnya : penyakit yang disebabkan oleh infeksi (infeksi limfa) akan memerlukan lebih banyak waktu tidur untuk mengatasi kelelahan. Banyak juga keadaan sakit yang menjadikan pasien kurang tidur, bahkan tidak bisa tidur (Widodo, 2009).

2. Latihan dan Kelelahan

Kelelahan akibat aktivitas yang tinggi dapat memerlukan lebih banyak tidur untuk menjaga keseimbangan energi yang telah dikeluarkan. Hal ini terlihat pada seseorang yang telah melakukan aktivitas dan mencapai kelelahan. Maka, orang tersebut akan lebih cepat untuk dapat tidur karena tahap tidur gelombang lambatnya diperpendek (Widodo, 2009)

3. Stres psikologi

Kondisi psikologis dapat terjadi pada seseorang akibat ketegangan jiwa. Hal tersebut terlihat ketika seseorang yang memiliki masalah psikologis mengalami kegelisahan sehingga sulit untuk tidur.

4. Obat

Obat juga dapat mempengaruhi proses tidur, beberapa jenis obat yang dapat mempengaruhi proses tidur adalah jenis golongan obat diuretic menyebabkan seseorang menjadi isomnia, anti depresan dapat menekan REM, kafein dapat meningkatkan syaraf simpatis yang menyebabkan kesulitan untuk tidur, golongan beta bloker dapat berefek pada timbulnya insomnia, dan golongan narkotik dapat menekan REM sehingga mudah mengantuk (ria lina, 2005)

5. Nutrisi

Terpenuhinya kebutuhan nutrisi yang cukup dapat mempercepat proses tidur. Protein yang tinggi dapat mempercepat terjadinya proses tidur, karena adanya tryptophan yang merupakan asam amino dari protein yang dicerna. Demikian juga sebaliknya, kebutuhan gizi yang kurang juga dapat mempengaruhi proses tidur, bahkan terkadang sulit untuk tidur.

6. Lingkungan

Keadaan lingkungan yang aman dan nyaman bagi seseorang juga dapat mempercepat terjadinya proses tidur.

7. Motivasi

Motivasi merupakan suatu dorongan atau keinginan seseorang untuk tidur, yang dapat mempengaruhi proses tidur. Selain itu, adanya keinginan untuk menahan tidak tidur dapat menimbulkan gangguan proses tidur (dr Brandon peters, 2006)

e) **Kebutuhan tidur menurut usia**

Jumlah tidur yang dibutuhkan pada usia 0-2 bulan 10,5-18 jam perhari. Sifat tidur pada usia ini adalah pola tidur yang tidak teratur (hingga 6-8 minggu) yang berhubungan dengan rasa lapar, periode tidur yang multiple pada siang dan malam hari, tidurnya bersifat seperti tersenyum, menghisap, pergerakan tubuh. Kebutuhan tidur untuk anak usia 2-12 bulan., jumlah tidur yang dibutuhkan sekitar 14-15 jam sehari. Sifat tidur yaitu jumlah tidur malam bertambah, pola tidur mulai terlihat, tidur siang yang awalnya berjumlah 3-4 kali berubah menjadi 1-2 kali di akhir tahun pertama.

Jumlah tidur yang dibutuhkan pada usia 1-3 tahun adalah 12-14 jam (tidur siang antara 1,5-3,5 jam). Sifat tidur yaitu tidur di pagi hari semakin berkurang pada usia sekitar 18 bulan. Perlu dilanjutkan rutinitas waktu tidur, tetapkan waktu, dorong anak untuk berani tidur sendiri, diperhatikan transisi dari tidur di tempat tidur bayi ke tempat tidur biasa.

Jumlah tidur yang dibutuhkan pada usia 3-5 tahun sekitar 11-13 jam dalam sehari. Tidur siang biasanya tidak ditemukan lagi pada akhir tahun kelima, pada saat ini mungkin dapat timbul ketakutan di malam hari.

Jumlah tidur yang dibutuhkan pada usia 5-12 tahun sekitar 10-11 jam dalam sehari. Semakin meningkatnya kegiatan anak dapat mengakibatkan berkurangnya tidur. Pengaruh televisi, komputer dan keadaan medis dapat mengganggu tidur. Waspada! adanya masalah tidur yang persisten dan keadaan mengantuk di siang hari.

Jumlah tidur yang dibutuhkan pada usia 12-18 tahun adalah sekitar 7-9 jam dalam sehari. Dalam waktu remaja ini, mereka berhadapan dengan peningkatan aktivitas dan kurang tidur.

f) Gangguan tidur

Gangguan tidur ternyata bisa menyerang anak-anak. Gangguan yang dialami bukan hanya tidak bisa tidur, melainkan adanya masalah seperti sering mengalami mimpi buruk. (Viginia Academy of Sleep Medicine, 2000). Setiap orang mengalami waktu tidur yang berbeda-beda, dan berapa lama waktu tidur bergantung pada usia seseorang. Bayi misalnya, seorang bayi yang baru lahir hingga usia tiga bulan akan memerlukan waktu tidur hampir seharian lamanya, sekitar 20 jam per hari.

Sementara itu, anak-anak akan memerlukan waktu tidur selama 8–14 jam, bergantung pada usia anak tersebut. Sama halnya dengan waktu tidur, gangguan tidur yang dialami orang pun berbeda-beda. Saat anak tertidur dan terbangun pada malam hari, memang sudah menjadi hal yang biasa. Namun, yang harus diperhatikan adalah seperti apa gangguan tersebut menyerang. Gangguan tidur harus dipahami. Artinya, gangguan tersebut bukan hanya tidak bisa tidur saja. Banyak gangguan tidur lain yang justru menyebabkan anak mengantuk (Dr Andreas A Prasaja, 2009)

Gangguan tidur pada anak lainnya yakni sindrom kematian mendadak pada bayi, yaitu *sudden infant death syndrome* (SIDS), ada pula

sleep apnea, henti napas saat tidur, anak menolak untuk tidur, atau *sleep walking* (berjalan sambil tidur), *night terrors* sampai mengompol. (Dr Andreas A Prasaja, 2009). Semua gangguan tidur disebabkan faktor yang berbeda-beda.

Jenis – jenis gangguan tidur yang sering terjadi menurut Tarwoto & Wartonah, 2006 adalah: Insomnia, hipersomnia, parasomnia, narcolepsy, apnoe tidur dan mendengkur dan mengigau.

B. Motivasi Belajar

1. Definisi Motivasi Belajar

Anni (2006) menyatakan bahwa *motive as recurrent concern for a goal state based on a natural incentive-concern that energizes, orients, and selects behavior*. Dapat diartikan bahwa, motif sebagai sebuah hal yang berkaitan dengan pernyataan bertujuan yang didasarkan pada insentif alami-berhubungan dengan energi, arah, dan memilih perilaku.

Motivasi secara sederhana dapat diartikan sebagai dorongan yang menggerakkan dan mengarahkan sebuah perilaku untuk mencapai suatu tujuan. Motivasi adalah proses yang memberi semangat, arah, dan kegigihan perilaku. Artinya, perilaku yang memiliki motivasi adalah perilaku yang penuh energi, terarah, dan bertahan lama (Santrock, 2007).

Santrock (2007) menjelaskan motivasi itu sendiri dalam berbagai perspektif, yaitu perspektif behavioral, humanistik, kognitif, dan sosial.

- a. Perspektif behavioral, perspektif ini menekankan kepada imbalan dan hukuman eksternal sebagai kunci dalam menentukan motivasi murid.

- b. Perspektif humanistik, perspektif ini menekankan pada kapasitas murid untuk mengembangkan kepribadian, kebebasan untuk meraih nasib mereka, dan kualitas positif (seperti peka terhadap orang lain).
- c. Perspektif kognitif, menurut perspektif ini pemikiran murid akan memandu motivasi mereka. Minat ini berfokus pada ide-ide seperti motivasi internal murid untuk mencapai sesuatu, atribusi mereka, dan keyakinan mereka bahwa mereka dapat mengontrol lingkungan mereka secara efektif.
- d. Perspektif sosial, perspektif ini menekankan pada keterhubungan murid dengan lingkungan sosialnya, bisa dengan orang tua, pergaulan dengan teman, kedekatan dengan guru-guru yang mungkin bisa mendorong murid untuk melakukan sesuatu.

Hirdayanti (2006) menambahkan bahwa motivasi belajar adalah kecenderungan siswa untuk mencapai aktivitas akademis yang bermakna dan bermanfaat serta mencoba untuk memperoleh manfaat yang diharapkan dari aktivitas tersebut. Motivasi belajar ini pada dasarnya merupakan respon kognitif yang melibatkan usaha-usaha untuk memahami suatu informasi, menghubungkan informasi tersebut dengan pengetahuan yang telah dimiliki sebelumnya, dan menguasai keterampilan-keterampilan tertentu untuk mengembangkan aktivitas belajar. Motivasi belajar melibatkan kesadaran dalam diri siswa untuk belajar, tujuan-tujuan belajar dan strategi yang digunakan dalam mencapai tujuan belajar tersebut.

Pendapat lain menurut Dalyono (dalam Efrida, 2006) menyebutkan motivasi belajar sebagai suatu daya penggerak atau pendorong yang dimiliki oleh manusia untuk melakukan suatu pekerjaan yaitu belajar.

Seseorang yang belajar dengan motivasi kuat akan melaksanakan semua kegiatan belajarnya dengan sungguh-sungguh, penuh gairah atau semangat. Sebaliknya, belajar dengan motivasi yang lemah akan menyebabkan sikap malas bahkan tidak mau mengerjakan tugas-tugas yang berhubungan dengan pelajaran. Dalam kegiatan belajar, maka motivasi belajar dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subjek belajar itu dapat tercapai.

Hal ini semakin diperkuat oleh Uno (2008) yang menyatakan bahwa kurang atau tidak adanya motivasi untuk belajar akan membuat siswa tidak tahan lama dalam belajar dan mudah tergoda untuk mengerjakan hal lain dan bukan belajar. Mereka berusaha dalam belajar karena mereka yakin bahwa pemahaman yang mereka peroleh itu berharga dan bermanfaat bagi mereka.

2. Aspek-aspek Motivasi Belajar

Ada dua aspek dalam motivasi belajar dalam Santrock (2007), yaitu :

a. Motivasi intrinsik

Motivasi intrinsik dapat juga disebut sebagai bentuk motivasi yang di dalamnya terdapat aktivitas belajar dimulai dan diteruskan berdasarkan suatu dorongan dari dalam diri. Motivasi intrinsik ini kemudian dibagi menjadi dua, yaitu :

- 1) Motivasi intrinsik dari penentuan diri dan pemilihan pribadi, dimana siswa percaya bahwa mereka melakukan sesuatu karena keinginan mereka sendiri bukan karena adanya penghargaan dari luar (eksternal)

- 2) Motivasi intrinsik berdasarkan pengalaman optimal, dimana pengalaman optimal melibatkan perasaan senang dan menikmati sesuatu secara mendalam

b. Motivasi Eksternal

Motivasi ekstrinsik adalah melakukan sesuatu untuk memperoleh sesuatu yang lain (suatu alat untuk mencapai tujuan). Motivasi ekstrinsik sering dipengaruhi oleh ganjaran eksternal seperti pemberian hadiah atau hukuman. Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar siswa terdiri dari dua tipe berdasarkan sumber dorongannya yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik.

3. Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Belajar

Menurut Sardiman (2006) ada beberapa faktor yang mempengaruhi motivasi belajar siswa, yaitu:

a. Kecemasan

Ada beberapa sumber kecemasan bagi siswa ketika berada di dalam kelas, seperti guru, ujian, teman, hubungan sosial, dan lain-lain. Kecemasan terhadap beberapa sumber kecemasan tersebut akan berpengaruh terhadap performansi siswa. Apabila tingkat kecemasan relatif rendah atau sedang, maka hal itu akan bersifat konstruktif. Namun, apabila kecemasan tersebut berada pada tingkat yang relatif tinggi, maka hal itu bisa bersifat destruktif.

b. Sikap

Sikap merupakan cara individu dalam hal merasakan, berpikir dan bertindak laku terhadap sesuatu atau orang lain dan sifatnya relatif permanen. Dalam hal ini, guru memiliki pengaruh yang besar dalam hal perubahan tingkah laku siswa melalui komunikasi yang persuasif. Cara

guru memperlakukan siswa dapat mempengaruhi sikap siswa selama proses belajar.

c. Rasa Ingin Tahu

Rasa ingin tahu siswa ditampilkan dalam perilaku yang aktif, suka mengeksplorasi atau memanipulasi sesuatu. Keadaan yang rileks, kebebasan untuk mengeksplorasi sesuatu, dan penerimaan terhadap hal-hal yang tidak biasa dapat mendorong rasa ingin tahu siswa.

d. *Locus of control*

Locus of control diartikan sebagai keyakinan individu atas apa yang terjadi dalam hidupnya apakah disebabkan karena kemampuan diri sendiri (*internal locus of control*) atau dari luar diri / lingkungan (*external locus of control*). Jika siswa percaya bahwa kesuksesan dan penghargaan yang mereka raih dikarenakan kemampuan mereka sendiri, maka mereka telah dianggap mampu untuk mengendalikan tujuan mereka (*internal locus of control*). Sebaliknya, siswa yang percaya bahwa kesuksesan dan penghargaan yang mereka raih dikarenakan faktor keberuntungan, maka mereka dianggap memiliki kontrol yang rendah terhadap tujuan mereka (*external locus of control*).

e. *Learned helplessness*

Learned helplessness adalah perasaan tak berdaya pada diri seseorang yang menggambarkan kondisi frustrasi dan putus asa setelah kegagalan yang terjadi berulang kali. Siswa yang merasa tidak memiliki kemampuan ketika dihadapkan dengan suatu masalah seringkali langsung merasa putus asa dan tidak melakukan suatu apapun untuk mengatasinya.

f. Efikasi diri

Efikasi diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimiliki untuk mengendalikan seluruh kehidupannya, termasuk perasaan dan kompetesinya. Siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi cenderung untuk memfokuskan perhatian dan usahanya pada tuntutan tugas dan berusaha meminimalisasi kesulitan yang mungkin terjadi.

g. Belajar bersama (kooperatif)

Belajar bersama (kooperatif) merupakan suatu metode dalam belajar dimana siswa bekerja sama dalam menyelesaikan tugas akademik. Metode ini bertujuan agar seorang siswa dapat membantu siswa lainnya dalam belajar. Salah satu caranya adalah dengan membentuk kelompok diskusi dalam mengerjakan suatu tugas.

5. Indikator Motivasi Belajar

Menurut Uno (2008), indikator motivasi belajar dapat diklasifikasikan sebagai berikut :

- a. Adanya hasrat dan keinginan berhasil;
- b. Adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar;
- c. Adanya harapan dan cita-cita masa depan;
- d. Adanya penghargaan dalam belajar;
- e. Adanya kegiatan yang menarik dalam belajar;
- f. Adanya lingkungan belajar yang kondusif, sehingga memungkinkan
- g. Seseorang mahasiswa dapat belajar dengan baik.

6. Jenis-jenis Motivasi

Menurut Hamalik (2005) pada dasarnya motivasi dapat dibagi menjadi 2 (dua) jenis, yaitu motivasi positif dan motivasi negatif. Motivasi positif adalah proses untuk mempengaruhi orang lain agar menjalankan

atau melakukan sesuatu yang diinginkan dengan cara memberikan kemungkinan untuk “hadiah”. Sedangkan motivasi negatif adalah proses untuk mempengaruhi orang lain agar mau menjalankan atau melakukan sesuatu yang diinginkan dengan menggunakan kekuatan, ketakutan atau ancaman.

Motivasi positif yang diberikan kepada orang lain yaitu berupa penghargaan terhadap pekerjaan yang dilakukan, informasi, pemberian perhatian kepada orang lain, persaingan yang sehat, partisipasi, kebanggaan (prestise) dan imbalan atau uang. Motivasi positif yang diberikan kepada orang lain berupa ancaman, pemecatan, skorsing, denda dan lain sebagainya. Motivasi positif pada dasarnya lebih sering diterapkan oleh organisasi atau perusahaan daripada motivasi negatif. Hal ini disebabkan karena dengan penggunaan motivasi positif seseorang akan melakukan sesuatu hal yang terbaik bagi perusahaan atau organisasi selain itu dengan menerapkan motivasi positif dapat meningkatkan rasa saling memiliki seseorang (sense of belonging) terhadap perusahaan atau organisasi (Hamalik, 2005).

Menurut Uno (2003) (dalam Uno, 2008) menerangkan bahwa motivasi sebagai suatu keadaan yang terdapat dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan aktivitas tertentu guna mencapai tujuan. Motivasi inilah penting sebagai salah satu prasyarat yang sangat penting dalam belajar. Kesiapan belajar itu dimulai dari kesiapan mahasiswa dalam mengerjakan tugas sampai berusaha keras mencapai keberhasilan belajar itu dipengaruhi oleh motivasi. Sementara itu belajar didefinisikan suatu proses usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu

perubahan tingkah laku secara keseluruhan sebagai hasil pengalaman individu itu sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.

C. Game Online

1. Defenisi

Pergertian *game* adalah aktivitas yang dilakukan untuk *fun* atau menyenangkan yang memiliki aturan sehingga ada yang menang dan ada yang kalah (Kamus Macmillan, 2009-2011). Selain itu, *game* membawa arti sebuah kontes, fisik atau mental, menurut aturan tertentu, untuk hiburan, rekreasi, atau untuk menang taruhan.

Adapun dalam bahasa arab, kata *game* bermakna yang memiliki banyak pengertian diantaranya: Pertama, senda gurau dan hiburan (تسلية لهو) sebagaimana dalam Al-Quran surat Ali-Imran [3] ayat 185 “tidaklah dunia ini kecuali hanyalah sebuah permainan dan senda gurau saja.” Kedua, ejekan dan sesuatu yang disukai (هوي سخريه) (Mukhtar, 2008 :2015) sebagaimana tergambar dalam al-Quran surat al-An`aam ayat 70 dalam sebuah perintah-Nya kepada Nabi SAW “Dan tinggalkanlah orang-orang yang menjadikan agama mereka sebagai permainan dan senda gurau...” Ketiga, Olah raga (Syaibah, 1399 H: 818). Diriwayatkan dari ‘Aisyah bahwa Ia berkata: “Rasulullah bertanding dengan saya dan saya menang. Kemudian saya berhenti, sehingga ketika badan saya menjadi gemuk, Rasulullah bertanding lagi dengan saya dan ia menang, kemudian ia bersabda: Kemenangan ini untuk kemenangan itu (Daud, tt: 285).

Menurut Andrew Rollings dan Ernest Adams (2006), *game online* lebih tepatnya disebut sebagai sebuah teknologi dibandingkan sebagai

sebuah genre atau jenis permainan, sebuah mekanisme untuk menghubungkan pemain bersama dibandingkan pola tertentu dalam sebuah permainan. *Game online* adalah jenis permainan komputer yang memanfaatkan jaringan komputer (LAN atau internet) sebagai medianya.

Menurut Eddy Liem, Direktur Indonesia Gamer, sebuah pencinta *games* di Indonesia, *game online* adalah sebuah *game* atau permainan yang dimainkan secara *online* via internet, bisa menggunakan PC (*personal computer*) atau konsol *game* biasa seperti *PS2*, *X-Box* dan sejenisnya.

Sejarah dan Perkembangan *Game Online*

Perkembangan *game online* sendiri tidak lepas juga dari perkembangan teknologi komputer dan jaringan komputer itu sendiri. Meledaknya *game online* sendiri merupakan cerminan dari pesatnya jaringan komputer yang dahulunya berskala kecil (*small local network*) sampai menjadi internet dan terus berkembang sampai sekarang. Pada saat muncul pertama kalinya tahun 1969, komputer hanya bisa dipakai untuk 2 orang saja untuk bermain *game*. Lalu muncullah komputer dengan kemampuan time-sharing sehingga pemain yang bisa memainkan *game* tersebut bisa lebih banyak dan tidak harus berada di suatu ruangan yang sama (Metaio, 2012).

Pada tahun 1970 ketika muncul jaringan komputer berbasis paket (*packet based computer networking*), jaringan komputer tidak hanya sebatas LAN (*Local Area Network*) saja tetapi sudah mencakup WAN (*Wide Area Network*) dan menjadi internet. *Game online* pertama kali muncul kebanyakan adalah *game-game* simulasi perang ataupun pesawat yang dipakai untuk kepentingan militer yang akhirnya lalu

dikomersialkan. *Game-game* ini kemudian menginspirasi *game-game* yang lain muncul dan berkembang (Bambang, 2008).

2. Jenis-Jenis *Game Online*

Game online terbagi menjadi dua jenis yaitu *web based game* dan *text based game*. *Web based games* adalah aplikasi yang diletakkan pada *server* di internet dimana pemain hanya perlu menggunakan akses internet dan *browser* untuk mengakses *games* tersebut. Jadi tidak perlu *install* atau *patch* untuk memainkan *gamenya*. Namun seiring dengan perkembangan, ada beberapa fitur yang perlu *download* untuk memainkan sebagian *game*, seperti *Java Player*, *Flash Player*, maupun *Shockwave Player*, yang biasanya diperlukan untuk tampilan grafis *game* tersebut. Selain itu, *game* seperti ini juga tidak menuntut spesifikasi komputer yang canggih, tidak *lag* dan membutuhkan *bandwith* yang besar. Selain itu, sebagian besar *web based game* adalah gratis. Pembayaran hanya diperlukan untuk fitur-fitur tambahan dan mempercepat perkembangan *account* pada *game* tersebut (Android, 2012).

Sedangkan *text based game* bisa dibilang sebagai awal dari *web based games*. *Text based games* sudah ada sejak lama, dimana saat sebagian komputer masih berspekifikasi rendah dan sulit untuk memainkan *game-game* dengan grafis wah, sehingga dibuatlah *game-game* dimana pemain hanya berinteraksi dengan teks-teks yang ada dan sedikit atau tanpa gambar (Android, 2012).

Memang setelah masa tersebut, *text based games* hampir tidak pernah dilirik lagi oleh para *gamers*, namun pada akhir-akhir ini, mulai marak *text based games* yang beredar yang sekarang kita kenal sebagai *web based game*. Tentu saja dengan format yang lebih *modern*, grafis

diperbanyak dan dipercantik, menggunakan koneksi internet dan *developer game* yang makin kreatif (Android, 2012).

3. Genre-genre *Game Online*

Menurut Thomas, 2010, genre-genre game online adalah :

- a. *First Person Shooter (FPS)*, sesuai judulnya *game* ini mengambil pandangan orang pertama pada *gamenya* sehingga seolah-olah kita sendiri yang berada dalam *game* tersebut, kebanyakan *game* ini mengambil *setting* peperangan dengan senjata-senjata militer (di Indonesia, *game* jenis ini sering disebut *game* tembak-tembakan). Contoh *game* genre ini antara lain Duke Nukem 3D, Quake, Blood, Unreal, Unreal Tournament, Half-Life, Counter-Strike, Halo, Perfect Dark, TimeSplitters, Call of Duty, System Shock, dan GoldenEye 007.
- b. *Real-Time Strategy*, merupakan *game* yang permainannya menekankan kepada kehebatan strategi pemainnya, biasanya pemain memainkan tidak hanya 1 karakter saja akan tetapi banyak karakter. Contoh Age of Empires, Rise of Nations, Stronghold, Warcraft.
- c. *Cross-Platform Online*, merupakan *game* yang dapat dimainkan secara *online* dengan *hardware* yang berbeda misalnya saja *Need For Speed Undercover* dapat dimainkan secara *online* dari PC maupun Xbox 360 (Xbox 360 merupakan *hardware/console game* yang memiliki konektivitas ke internet sehingga dapat bermain secara *online*).
- d. *Browser Games*, merupakan *game* yang dimainkan pada browser seperti *Firefox, Opera, IE*. Syarat dimana sebuah *browser* dapat memainkan *game* ini adalah *browser* sudah mendukung *javascript, php*, maupun *flash*.
- e. *Massive Multiplayer Online Games Role Playing Game (MMORPG)*, adalah *game* dimana pemain bermain dalam dunia yang skalanya besar

(>100 pemain), setiap pemain dapat berinteraksi langsung seperti halnya dunia nyata. Contoh dari genre permainan ini World of Warcraft, The Lord of the Rings Online: Shadows of Angmar, Final Fantasy, Ragnarok, DOTTA.

4. Kecanduan *Game Online*

Kecanduan di definisikan “*An activity or substance we repeatedly crave to experience, and for which we are willing to pay a price (or negative consequences)*” yang bermaksud suatu aktivitas atau substansi yang dilakukan berulang-ulang dan dapat menimbulkan dampak negative. Kecanduan bisa bermacam-macam, bisa ditimbulkan akibat zat atau aktivitas tertentu, seperti judi, *overspending*, *shoplifting* dan aktivitas seksual. Salah satu perilaku yang termasuk di dalamnya adalah ketergantungan pada *game*. Ada dua jenis kecanduan, yaitu adiksi fisik seperti kecanduan terhadap alkohol atau kokaine, dan adiksi non-fisik seperti kecanduan terhadap *game online* (Sommerville, 2007).

Kecanduan bermain *game* secara berlebihan dikenal dengan istilah *Game Addiction*. Artinya seorang anak seakan-akan tidak ada hal yang ingin dikerjakan selain bermain *game*, dan seolah-olah *game* ini adalah hidupnya. Hal semacam ini sangat riskan bagi perkembangan si anak yang perjalanan hidupnya masih panjang (Dlugosz, Alexander, 2012).

Seorang psikiater menyatakan orang yang kecanduan *game* lebih sulit ditangani daripada pasien yang kecanduan pornografi. Pasalnya, para pecandu *game* ini malu menceritakan ‘aibnya’. Apakah ini berarti lebih memalukan? Dr. Jerald Block, seorang psikiater yang ahli menangani pasien kecanduan *game* menyebutkan bahwa beberapa pasiennya lebih merasa malu gara-gara kecanduan *game World of Warcraft* daripada

melihat pornografi. Pasien yang kecanduan *game* lebih sulit ditangani daripada pasien yang kecanduan pornografi (Davison, 2005).

Menurut Davison, 2005 karakteristik kecanduan cenderung progresif dan seperti siklus. Indikator dari individu yang mengalami kecanduan terhadap *games*, memiliki sebagian atau semua ciri-ciri berikut:

- a. Cemas, frustrasi dan marah ketika tidak melakukan permainan
- b. Perasaan bersalah ketika bermain
- c. Terus bermain meskipun sudah tidak menikmati lagi
- d. Teman atau keluarga mulai berpendapat ada sesuatu yang tidak beres dengan individu karena *game*
- e. Masalah dalam kehidupan sosial
- f. Masalah dalam hal finansial atau hubungan dengan orang lain

Kecanduan internet *games* merupakan jenis kecanduan psikologis seperti halnya *Internet Addiction Disorder* (IAD). Penggunaan internet yang maladaptif yang mengarah pada kerusakan atau distress yang signifikan secara klinis dan terwujud melalui tiga atau lebih dari hal-hal berikut, yang terjadi kapan saja dalam waktu 12 bulan yang sama:

1. Toleransi, didefinisikan oleh salah satu dari berikut:
 - a) Demi mencapai kepuasan, jumlah waktu penggunaan internet meningkat secara mencolok
 - b) Kepuasan yang diperoleh dalam penggunaan internet secara terus-menerus dalam
 - c) atau lebih dari hal-hal berikut (berkembang beberapa hari hingga satu bulan setelah kriteria (i)), yaitu: agitasi psikomotor, kecemasan, pemikiran jumlah waktu yang sama, akan menurun secara mencolok.

2. Penarikan diri (*withdrawal*) terwujud melalui salah satu ciri dari berikut:

a) Sindrom penarikan diri yang khas

1) Penghentian atau pengurangan internet terasa berat dan lama

2) Dua yang obsesif mengenai apa yang tengah terjadi di internet, khayalan atau mimpi tentang internet, dan gerakan jari seperti mengetik baik sadar maupun tidak sadar.

b) Penggunaan atas jasa *online* yang mirip, dilakukan untuk menghilangkan atau menghindarkan simptom-simtom penarikan diri

3. Internet sering atau lebih sering digunakan lebih lama dari yang direncanakan

4. Usaha yang gagal dalam mengendalikan penggunaan internet.

5. Menghabiskan banyak waktu dalam kegiatan yang berhubungan dengan penggunaan internet.

6. Kegiatan-kegiatan penting seperti bidang sosial, pekerjaan, atau rekreasional dihentikan atau dikurangi karena penggunaan internet.

7. Penggunaan internet tetap dilakukan walaupun mengetahui adanya masalah-masalah fisik, sosial, pekerjaan, atau psikologis yang kerap timbul dan kemungkinan besar disebabkan penggunaan internet.

5. Dampak-Dampak *Game Online*

Game online selalu diyakini memberikan pengaruh negatif kepada para pemainnya. Hal ini terutama karena sebagian besar *game* yang adiktif dan biasanya tentang kekerasan pertempuran dan berkelahi. Mayoritas orang tua dan media berpikir dan percaya bahwa permainan merusak otak anak-anak dan mempromosikan kekerasan di antara mereka. Namun, banyak psikolog, pakar anak, dan para ilmuwan percaya

bahwa permainan ini sebenarnya bermanfaat bagi pertumbuhan anak-anak. Jadi, dapat disimpulkan bahwa terdapat dampak positif dan negatif bermain *game online* terhadap para *gamernya* (Andang, 2006).

a. Dampak Positif

Beberapa sumber, telah mengumpulkan beberapa dampak positif bermain *game online*. Bermain *game* memberikan satu latihan yang sangat efektif kepada otak. Sejumlah besar dari mereka membutuhkan keterampilan berpikir abstrak dan tingkat tinggi untuk menang. Keterampilannya adalah seperti: pemecahan masalah dan logika.

- 1) Perhatian dan motivasi yang lebih
- 2) Koordinasi tangan-mata, motorik dan kemampuan spasial

Contohnya, dalam sebuah permainan menembak, karakter bisa berjalan dan menembak pada saat yang sama. Hal ini membutuhkan dunia nyata pemain untuk melacak posisi karakter, di mana ia menuju, kecepatan mereka, di mana senjata yang ditujukan, jika tembakan musuh mengenai, dan sebagainya. Semua ini harus diperhitungkan, dan kemudian pemain maka harus mengkoordinasikan penafsiran otak dan reaksi dengan gerakan di tangan mereka dan ujung jari. Proses ini membutuhkan banyak koordinasi mata-tangan dan kemampuan visual-spasial untuk menjadi sukses.

- 3) Mengajar anak-anak sumber daya dan manajemen keterampilan

Contohnya, pemain belajar untuk mengelola sumber daya yang terbatas, dan memutuskan penggunaan terbaik sumber daya, dalam cara yang sama seperti dalam kehidupan nyata. Skill ini diasah dalam permainan strategi seperti SimCity, Age of Empires, dan Railroad Tycoon.

- 4) *Multitasking*, pelacakan pergeseran banyak variabel secara simultan dan mengelola beberapa tujuan.

Contohnya, Dalam sebuah permainan strategi, misalnya, sementara mengembangkan sebuah kota, suatu kejutan tak terduga sebagai musuh akan muncul. Ini memerlukan kekuatan untuk menjadi fleksibel dan cepat untuk mengubah taktik, seperti membuat analisa dan keputusan yang cepat, berfikir secara mendalam, penalaran induktif dan pengujian hipotesis. Contoh, seorang pemain dalam beberapa permainan untuk terus mencoba kombinasi senjata dan daya yang digunakan untuk mengalahkan musuh. Jika salah satu tidak bekerja, mereka mengubah hipotesis dan mencoba salah satu berikutnya.

5) Kerja tim dan kerja sama ketika bermain dengan orang lain

b. Dampak Negatif

Merujuk kepada awal pendahuluan dampak *game online*, ternyata juga bahwa terdapat dampak negatif dalam permainan *game online*. Dampak negatif ini timbul karena sebanyak 89% dari *game* mengandung beberapa konten kekerasan dan bahwa sekitar setengah dari permainan termasuk konten kekerasan terhadap karakter permainan lainnya yang akan menyebabkan luka berat atau kematian. Konten yang berlandaskan kekerasan inilah yang menimbulkan beberapa dampak negatif. Antaranya:

1. *Game* yang berlatar belakang atau kontennya bersifat kekerasan memicu anak-anak untuk meningkatkan pikiran agresif, perasaan, dan perilaku, dan penurunan prososial membantu, berdasarkan kajian ilmiah. Pengaruh *game* kekerasan terhadap anak-anak ini diperparah oleh sifat dari permainan interaktif. Dalam banyak permainan, anak-anak dihargai karena lebih keras. Anak mengendalikan kekerasan di mata pengalaman sendiri (membunuh, menendang, menusuk dan menembak). Partisipasi pengulangan, aktif dan *reward* menyajikan alat yang efektif untuk belajar

perilaku. Memang, banyak penelitian tampaknya menunjukkan bahwa *game* kekerasan dapat berhubungan dengan perilaku agresif.

2. Terlalu banyak bermain *game* membuat anak terisolasi dari sosial. Selain itu, ia bisa menghabiskan waktu kurang dalam kegiatan lain seperti pekerjaan rumah, membaca, olahraga, dan berinteraksi dengan keluarga dan teman-teman.
3. Beberapa *game* mengajar nilai-nilai yang tidak bermoral. Perilaku kekerasan, dendam dan agresi diberikan pujian dan penghargaan. Perempuan sering digambarkan sebagai karakter yang lebih lemah yang tidak berdaya atau seksual provokatif
4. *Game* dapat membingungkan antara realitas dan fantasi.
5. Prestasi akademik yang menurun. Penelitian telah menunjukkan bahwa lebih banyak waktu anak menghabiskan bermain *game*, prestasi sekolahnya juga makin memburuk.
6. *Game* juga dapat memiliki efek kesehatan yang merugikan bagi beberapa anak, termasuk obesitas, kejang, gangguan postural, dan gangguan otot dan rangka, seperti tendonitis, kompresi saraf, carpal tunnel syndrome.
7. Dampak *Game Online* Terhadap Aktivitas Otak

Seorang professor dari Tokyo Nihon University, Akio Mori melakukan kajian mengenai dampak *game* pada aktivitas otak. Dari penelitian Akio Mori tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat 2 poin penting. Pertama, penurunan aktivitas gelombang otak prefrontal yang memiliki peranan sangat penting, dengan pengendalian emosi dan agresivitas sehingga mereka cepat mengalami perubahan *mood*, seperti mudah marah, mengalami masalah dalam hubungan dengan hubungan sosial, tidak konsentrasi dan lain sebagainya.

Kedua, penurunan aktivitas gelombang beta merupakan efek jangka panjang yang tetap berlangsung meskipun *gamer* tidak sedang bermain *game*. Dengan kata lain para *gamer* mengalami “*autonomic nerves*” yaitu tubuh mengalami pengelabuan kondisi dimana sekresi adrenalin meningkat, sehingga denyut jantung, tekanan darah, dan kebutuhan oksigen terpacu untuk meningkat. Bila tubuh dalam keadaan seperti ini maka yang terjadi pada *gamer* adalah otak mereka merespon bahaya sesungguhnya

Kedua dampak yang muncul sudah pasti akan menghambat proses belajar siswa. Karena dengan adanya penurunan-penurunan pada tubuh tersebut menyebabkan gangguan dalam jangka pendek maupun panjang, tidak hanya dari psikologinya tetapi juga dari kesehatannya. Dalam buku terbitannya sendiri, Akio Mori sendiri telah menyebutkan bahwa otak pada para pemain *game* akan rusak secara fisikal.

D. Hubungan *Game Online* dengan Pola Tidur Anak

Game online di masa sekarang begitu populer di berbagai kalangan, salah satunya populer diantara anak sekolah. Anak usia sekolah memasuki perkembangan baru tentang bermain dan permainan. Pada saat anak memasuki masa sekolah permainan anak menggunakan dimensi baru yang merefleksikan tingkat perkembangan anak yang baru. Bermain tidak hanya meningkatkan keterampilan fisik tetapi kemampuan intelektual, fantasi anak dan menumbuhkan rasa ingin menang dalam permainan (Wong, 2009).

Bahkan perilaku anak-anak dan remaja yang memainkan *game online* menyebabkan timbulnya keprihatinan dari para orang tua dan guru, yang menganggap bahwa kebiasaan bermain tersebut berpengaruh buruk pada prestasi akademis dan perilaku sosial mereka. Padahal, sebagai sebuah alat rekreasi, *game*

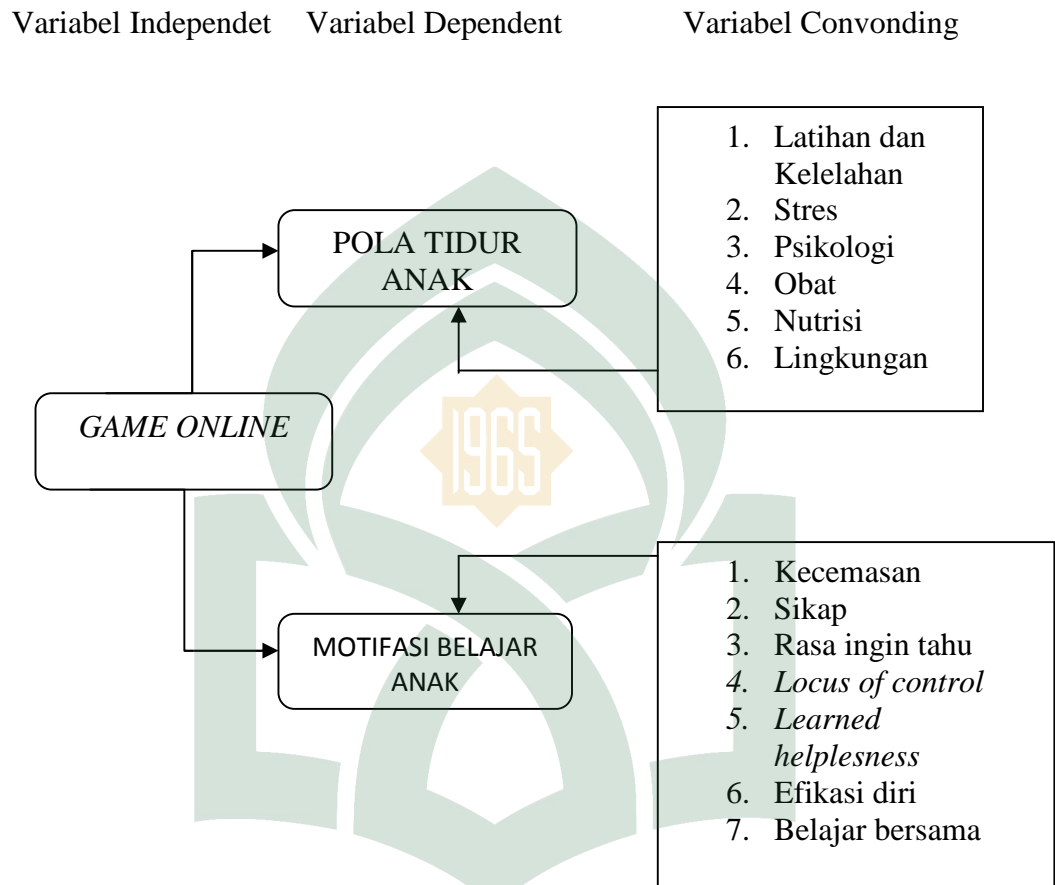
online dapat bersifat negatif ataupun positif. Namun yang lebih sering mendapat sorotan adalah sisi negatifnya, karena para pemain *game online* mempunyai kecenderungan menghabiskan banyak waktu untuk bermain dan sebagai akibatnya prestasi akademis mereka cenderung turun. Meskipun demikian, sisi positifnya juga ada, bahwa dengan bermain online games, sang pemain memperoleh kesempatan untuk melakukan eksplorasi diri dan memenuhi beberapa kebutuhan seperti penggunaan waktu untuk kegiatan santai atau *leisure* (Rab, 2007).

Menurut Rab (2007) menyatakan kekhawatiran terhadap adanya dampak negative yang ditimbulkan dari kebiasaan sejumlah anak usia sekolah yang gemar bermain *game* elektronik. Salah satu dampak dari permainan ini adalah perubahan terhadap pola tidur anak.

E. Hubungan *Game Online* dengan Motivasi Belajar

Dalam setiap *game* ada tantangan, yang membuat pecandunya terus merasa tertantang, sehingga pada akhirnya, orang yang kecanduan *game* akan merasa ketergantungan terus menerus dan tidak bisa lepas dari *game*, bila pemain tidak bisa mengontrol dirinya sendiri, ia akan jadi lupa diri dan jadi lupa belajar, bahkan saat belajar pun ia malah mengingat-ingat permainan *game*. Menurut A.N (2011) *game online* akan mengurangi aktivitas positive yang seharusnya dijalani oleh anak pada usia perkembangan mereka. Anak yang mengalami ketergantungan pada aktivitas *games*, akan mempengaruhi motivasi belajar sehingga mengurangi waktu belajar dan waktu untuk bersosialisasi dengan teman sebaya mereka, jika ini berlangsung terus menerus dalam waktu lama, di perkirakan anak akan menarik pada pergaulan sosial, tidak peka dengan lingkungan, bahkan bisa membentuk kepribadian asosial, dimana anak tidak mempunyai kemampuan beradaptasi dengan lingkungan sosialnya.

F. Kerangka Pikir



BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis dan Lokasi penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Metode penelitian deskriptif dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah semua anak usia sekolah 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar.

2. Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso kota Makassar pada tanggal 18 Februari 2015.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan obyek penelitian atau obyek yang diteliti (Nursalam, 2008). Populasi pada penelitian ini adalah anak usia 10-12 tahun yaitu berjumlah 76 orang di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar

2. Sampel

Sampel terdiri dari bagian populasi terjangkau yang dipergunakan sebagai subyek penelitian melalui sampling. Sampling adalah proses menyeleksi porsi dari populasi yang dapat mewakili populasi yang ada (Nursalam, 2008). Teknik pengambilan sampel secara *total sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan mengambil seluruh anggota populasi sebagai

responden atau sampel (Sugiyono, 2009). Dengan demikian, maka peneliti mengambil sampel dari seluruh siswa SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 76 orang.

C. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan di SD Mattoangin Kecamatan Mariso Kota Makassar dengan prosedur sebagai berikut;

1. Menyerahkan surat izin penelitian dari Fakultas Ilmu Kesehatan Jurusan Ilmu Keperawatan UIN Alauddin Makassar.
2. Setelah mendapatkan izin penelitian dari pihak sekolah, peneliti melaksanakan pengambilan data sebagai langkah awal penelitian.
3. Peneliti kemudian melakukan pendekatan dan memberikan penjelasan mengenai tujuan dari penelitian kepada calon responden.
4. Calon responden yang setuju, menandatangani surat persetujuan menjadi responden.
5. Peneliti menyediakan kuesioner pertanyaan yang selanjutnya akan diisi oleh responden

D. Instrumen Penelitian

Alat yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner. Kuesioner disini diartikan sebagai daftar pertanyaan yang sudah tersusun dengan baik, sudah matang, dimana responden (objek penelitian) tinggal memberikan jawaban atau dengan memberikan tanda-tanda tertentu (Notoadmodjo, 2005). Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang telah digunakan pada penelitian sebelumnya yaitu

penelitian dari Nur Aini dan GN Suveraniam yang telah dilakukan uji validitas dan reabilitasnya.

E. Teknik Pengolahan dan Analisis Data

a. Teknik Pengolahan Data

Pengolahan data menurut Hasan (2006) meliputi kegiatan:

1. *Editing*

Editing adalah pengecekan atau pengoreksian data yang telah terkumpul, tujuannya untuk menghilangkan kesalahan-kesalahan yang terdapat pada pencatatan lapangan dan bersifat koreksi. *Coding* (Pengkodean)

2. *Coding*

Coding adalah pemberian kode-kode pada tiap-tiap data yang termasuk dalam katagori yang sama. Kode adalah isyarat yang dibuat dalam bentuk angka atau huruf yang memberikan petunjuk atau identitas pada suatu informasi atau data yang akan dianalisis.

3. Tabulasi

Tabulasi adalah pembuatan tabel-tabel yang berisi data yang telah diberi kode sesuai dengan analisis yang dibutuhkan. Dalam melakukan tabulasi diperlukan ketelitian agar tidak terjadi kesalahan. Tabel hasil tabulasi dapat berbentuk:

- 1) Tabel pemindahan, yaitu tabel tempat memindahkan kode-kode dari kuesioner atau pencatatan pengamatan. Tabel ini berfungsi sebagai arsip.
- 2) Tabel biasa, adalah tabel yang disusun berdasar sifat responden tertentu dan tujuan tertentu.

- 3) Tabel analisis, tabel yang memuat suatu jenis informasi yang telah dianalisa.

b. Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisa data sebagai berikut:

1. Univariat

Analisis yang digunakan adalah uji univariat. Analisis univariat dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Tujuan dari analisis ini adalah untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti baik dari jenis data numerik maupun kategori (Notoatmodjo, 2002).

2. Bivariat

Tujuan analisis bivariat yaitu untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Teknik analisis bivariat yang digunakan untuk menganalisis data hasil penelitian adalah dengan uji *Fisher's Exact*.

F. Etika Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu mengajukan usulan atau proposal penelitian untuk mendapatkan rekomendasi dari Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar

Dalam penelitian ini sebelum peneliti mendatangi calon responden untuk meminta kesediaan menjadi responden penelitian. Peneliti harus melalui beberapa tahap pengurusan perijinan sebagai berikut; peneliti meminta persetujuan dari Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, setelah mendapat persetujuan dari Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan. Kemudian peneliti mendatangi calon responden dan meminta persetujuan calon

responden untuk menjadi responden penelitian. Setelah mendapat persetujuan barulah dilaksanakan penelitian dengan memperhatikan etika-etika dalam melakukan penelitian yaitu:

1. Lembar Persetujuan Menjadi Responden (*Informed Consent*)

Merupakan lembar persetujuan antar peneliti dengan responden penelitian. Sebelum lembar persetujuan diberikan kepada responden, terlebih dahulu peneliti memberikan penjelasan maksud dan tujuan penelitian yang akan dilakukan. Jika responden bersedia diteliti maka diberi lembar permohonan menjadi responden (lembar satu) dan lembar persetujuan menjadi responden (lembar dua) yang harus ditandatangani, tetapi jika responden menolak untuk diteliti maka peneliti tidak akan memaksa dan tetap akan menghormati hak-haknya.

2. Tanpa Nama (*Anonymity*)

Tidak memberikan nama responden pada lembar yang akan diukur, hanya menuliskan inisial pada lembar pengumpulan data. Untuk menjaga kerahasiaan informasi dari responden, peneliti tidak akan mencantumkan nama responden pada lembar pengumpulan data (Hidayat, 2007).

3. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Kerahasiaan informasi responden dijamin peneliti, hanya data tertentu yang dilaporkan sebagai hasil penelitian, dalam hal ini data yang berkaitan dengan batas-batas dalam etika atau nilai-nilai pribadi dalam responden. (Moleong, 2002).

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di SD Negeri Mattoangin II , Jl. K.S. Tubun No. 1 Makassar, Kel.Mattoangin, Kec. Mariso, Kota Makassar, Provinsi Sulawesi Selatan. SD Negeri Mattoangin II merupakan sekolah dengan akreditasi B. Sekolah ini didirikan pada tahun 1954 dengan luas tanah yaitu 3500 M² dan luas bangunan yaitu 2800 M². Jumlah kelas SD Negeri Mattoangin II ada 6 dengan 10 rombongan belajar, kelas I, II, III, dan IV masing-masing memiliki 2 rombongan belajar sedangkan kelas V dan kelas VI hanya memiliki 1 rombongan belajar. Jumlah siswa sebanyak 315 orang dan jumlah tenaga pengajar sebanyak 13 orang dan 1 orang kepala sekolah.

Adapun Visi Misi dari SD Mattoangin II adalah

1. VISI SEKOLAH

Terciptanya Sekolah Siswa Yang Unggul Dalam Berprestasi Berdasarkan Iman dan Taqwa Kepada Tuhan Yang Maha Esa

2. MISI SEKOLAH

- a. Mewujudkan kurikulum yang adaptif, administratif
- b. Mewujudkan proses pembelajaran yang efektif dan efisien
- c. Mewujudkan lulusan yang berakhlak mulia, cerdas, terampil, sehat jasmani dan rohani, kreatif, kompetitif, dan ramah terhadap lingkungan.

- d. Mewujudkan pendidik dan tenaga kependidikan yang memiliki kompetensi dan kualifikasi yang dipersyaratkan SNP
- e. Mewujudkan prasarana dan sarana pendidikan yang sesuai standar
- f. Mewujudkan manajemen sekolah yang efektif dan efisien
- g. Menjadikan pendidikan agama, budi pekerti dan akhlak mulia sebagai mata pelajaran utama
- h. Menjadikan disiplin sebagai pilar dalam pelaksanaan proses belajar

B. HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Responden

Hasil penelitian mengenai umur pada anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar dapat dilihat pada berikut ini. Tabel 4.1 Menunjukkan bahwa anak berusia 10 tahun sebanyak 24 orang (31,6%), usia 11 tahun sebanyak 27 orang (35,5%), dan usia 12 tahun sebanyak 25 orang (32,9%).

Hasil penelitian mengenai jenis kelamin pada anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar menunjukkan bahwa lebih banyak anak yang berjenis kelamin perempuan, yakni sebanyak 42 orang (55,3%), sedangkan anak yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 34 orang (44,7%).

Tabel 4.1

Karakteristik responden mengenai umur dan jenis kelamin pada anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar

Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
Usia :		
10	24	31,6
11	27	35,5
12	25	32,9
Jenis Kelamin :		
Perempuan	42	55,3
Laki-laki	34	44,7

Sumber : Data Primer diolah, 2015

2. Analisis Univariat

a. Pola Tidur

Hasil penelitian mengenai pola tidur pada anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar dapat dilihat pada berikut ini.

Tabel 4.2 Menunjukkan bahwa sebagian besar anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar memiliki pola tidur yang terganggu, yakni sebanyak 58 orang (76,3%), sedangkan yang memiliki pola tidur yang tidak terganggu sebanyak 18 orang (23,7%).

Tabel 4.2

Distribusi hasil penelitian mengenai pola tidur pada anak usia 10-12 tahun di SD
Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar

Pola Tidur	Jumlah (n)	Persen (%)
Terganggu	58	76,3
Tidak Terganggu	18	23,7
Total	76	100

Sumber : Data Primer diolah, 2015

b. Motivasi Belajar

Hasil penelitian mengenai motivasi belajar pada anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar dapat dilihat pada berikut ini.

Tabel 4.3 Menunjukkan bahwa sebagian besar anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar memiliki motivasi belajar yang kurang, yakni sebanyak 60 orang (78,9%), sedangkan yang memiliki motivasi belajar yang baik sebanyak 16 orang (21,1%).

Tabel 4.3

Distribusi hasil penelitian mengenai motivasi belajar pada anak usia 10-12 tahun
di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar

Motivasi Belajar	Jumlah (n)	Persen (%)
Kurang	60	78,9
Baik	16	21,1
Total	76	100

Sumber : Data Primer diolah, 2015

c. Kecanduan bermain game online

Hasil penelitian mengenai kecanduan bermain game online pada anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar dapat dilihat pada berikut ini.

Tabel 4.4 Menunjukkan bahwa sebagian besar anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar mengalami kecanduan bermain game online, yakni sebanyak 64 orang (84,2%), sedangkan yang tidak kecanduan bermain game online sebanyak 12 orang (15,8%).

Tabel 4.4

Distribusi hasil penelitian mengenai kecanduan bermain game online pada anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar

Kecanduan bermain game online	Jumlah (n)	Persen (%)
Kecanduan	64	84,2
Tidak Kecanduan	12	15,8
Total	76	100

Sumber : Data Primer diolah, 2015

3. Analisis Bivariat

Pada tahap ini dilakukan tabulasi silang (cross tabulation) antar variabel independen dengan variabel dependen.

a. Hubungan kecanduan bermain game online dengan Pola Tidur pada anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar

Tabel 4.5 menunjukkan bahwa dari 76 sampel terdapat 64 anak (84,2%) yang kecanduan bermain game online dan 12 anak (15,8%) yang tidak kecanduan bermain game online. Dari 64 anak yang kecanduan bermain game online, sebanyak 54 anak (71 %) memiliki pola tidur yang terganggu dan sebanyak 10 anak (13,2%) memiliki pola tidur yang tidak terganggu. Sedangkan dari 12 anak yang tidak kecanduan bermain game online, sebanyak 4 anak (5,3%) memiliki pola tidur yang terganggu dan sebanyak 8 anak (10,5%) memiliki pola tidur yang tidak terganggu.

Hasil analisis statistik dengan Uji *Fisher's Exact* dengan nilai $p = 0,001$ yang lebih kecil dari 0,05, ini berarti ada hubungan yang signifikan antara kecanduan bermain game online dengan pola tidur anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar.

Tabel 4.5 Hubungan kecanduan bermain *game online* dengan Pola Tidur pada anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar

Kecanduan Bermain Game Online	Pola Tidur				Jumlah		P Value
	Terganggu	%	Tidak Terganggu	%	N	%	
Kecanduan	54	71	10	13,2	64	84,2	0,001
Tidak Kecanduan	4	5,3	8	10,5	12	15,8	
Jumlah	58	76,3	18	23,7	76	100	
						$\alpha =$	0,005

Sumber: Data primer diolah, 2015

b. Hubungan kecanduan bermain *game online* dengan motivasi belajar pada anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar

Tabel 6. Menunjukkan bahwa dari 76 sampel terdapat 64 anak (84,2%) yang kecanduan bermain game online dan 12 anak (15,8%) yang tidak kecanduan bermain game online. Dari 64 anak yang kecanduan bermain game online, sebanyak 58 anak (76,3%) memiliki motivasi belajar yang kurang

dan sebanyak 6 anak (7,9%) memiliki motivasi belajar yang baik. Sedangkan dari 12 anak yang tidak kecanduan bermain game online, sebanyak 2 anak (2,6%) memiliki motivasi belajar yang kurang dan sebanyak 10 anak (13,2%) memiliki motivasi belajar yang baik.

Hasil analisis statistik dengan *uji Fisher's Exact* diperoleh nilai $p < 0,001$ yang lebih kecil dari 0,05, ini berarti ada hubungan yang signifikan antara kecanduan bermain game online dengan motivasi belajar anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar.

Tabel 6. Hubungan kecanduan bermain game online dengan motivasi belajar pada anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar

Kecanduan Bermain Game Online	Motivasi Belajar				Jumlah		P Value
	Kurang	%	Baik	%	N	%	
Kecanduan	58	76,3	6	7,9	64	84,2	0,000
Tidak Kecanduan	2	2,6	10	13,2	12	15,8	
Jumlah	60	78,9	16	21,1	76	100	
						$\alpha =$	0,005

Sumber: Data primer diolah, 2015

C. PEMBAHASAN

1. Hubungan kecanduan bermain *game online* dengan Pola Tidur pada anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar

Berdasarkan hasil penelitian lebih dari setengah jumlah responden atau sebanyak 71 % mengalami pola tidur yang terganggu karena bermain *game online*. Adapun hasil analisis statistik dengan Uji Fisher's Exact dengan nilai $p = 0,001$ yang lebih kecil dari 0,05, ini berarti ada hubungan yang signifikan antara kecanduan bermain *game online* dengan pola tidur anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar.

Hal tersebut didukung oleh penelitian Dworak et al (2007) dalam penelitian yang berjudul *Impact of Singular Excessive Computer Game and Television Exposure on Sleep Patterns and Memory Performance of School-aged Children* menunjukkan permainan *game online* berpengaruh terhadap pengurangan jumlah SWS (*Slow Wave Sleep*) atau biasa juga disebut dengan tidur Non REM dan memperpanjang SOL (*Sleep Onset Latency*). *Sleep onset latency* adalah periode antara waktu subjek naik tempat tidur untuk tidur tanpa melakukan aktivitas lain dengan waktu subjek mulai tidur sebenarnya yang dinilai oleh actiware software. Peningkatan *sleep onset latency* (SOL) akibat bermain *game online* menyebabkan kesulitan anak dalam jatuh tidur, sering terbangun di malam hari dan penurunan kualitas itu sendiri.

Wong and Hockenberry (2005) mengemukakan bahwa pada saat seseorang bermain *game online* maka korteks cerebral mengeluarkan norepinephrine dan

otak tengah mengeluarkan neurotransmitter dopamine. Kedua neurotransmitter tersebut keduanya merupakan bagian dari sistem aktivasi retikular (SAR) yang berfungsi dalam mempertahankan keadaan terjaga. Gelombang elektromagnetik dan juga cahaya yang dihasilkan menyebabkan terhambatnya produksi hormon melatonin yang di keluarkan oleh kelenjar hypothalamus yang fungsinya penurunan keterjagaan (Thomas et al, 2005), sehingga bila melatonin terus diproduksi maka seseorang tidak bisa segera melakukan aktivitas tidur.

Tidur merupakan komponen yang sangat penting bagi pertumbuhan fisik dan perkembangan intelektual anak. Terdapat perbedaan yang bermakna antara pola tidur anak terhadap usia menstruasi (*menarche*) yang berdampak pada proses pertumbuhan anak, dari penelitian tersebut menjelaskan semakin larut anak tidur malam maka akan mempercepat usia menstruasi anak. Sebaliknya, semakin dini anak tidur malam maka akan memperlambat datangnya menstruasi pada diri anak tersebut. Hasil survei di Amerika menemukan lebih dari 20% tenaga kesehatan tidak melakukan secara rutin skrining gangguan tidur pada anak usia sekolah (Riyanti, 2007).

Anak usia sekolah membutuhkan waktu untuk tidur, tetapi sering berkurang karena berbagai tuntutan seperti pekerjaan rumah, olah raga, dan aktivitas lainnya. Mereka banyak menghabiskan waktu untuk menonton televisi. Kegiatan ini dapat menyebabkan kesulitan tidur dan sedikitnya waktu tidur untuk mereka. Dari hasil penelitian Berman (2008) mengatakan terdapat beberapa anak masih melakukan tidur siang bila tidak ada kegiatan tambahan pada waktu siang

hari, akan tetapi sekarang waktu kosong yang mereka punya pada siang hari lebih mereka luangkan waktu untuk bermain *game online*.

Anak-anak yang begadang pada malam hari biasanya akan terlambat bangun keesokan harinya dan harus buru-buru ke sekolah. Para ilmuwan Universitas Harvard dalam melakukan penelitian menunjukkan bahwa fokus otak seseorang ada pada tahap minimum ketika ia baru saja bangun tidur. Dibutuhkan waktu antara 15-30 menit untuk dapat mengembalikan kemampuan pikiran. Oleh karena itu, peneliti menyarankan agar seseorang segera setelah bangun tidur melakukan beberapa latihan ringan untuk memulihkan aktivitas otak.

Di sini, kita juga bisa memahami mengapa Nabi saw banyak mengingat Allah langsung setelah bangun dari tidur. Beliau kemudian berwudhu, berdo'a, lalu shalat. Jadi beliau menggunakan bagian waktunya setelah tidur untuk berdo'a dan berdzikir, sebelum melakukan aktifitas lain atau menentukan keputusan. Jika kita kaji pandangan ini, ditegaskan bahwa memori manusia berada pada posisi terendah setelah baru saja bangun dari tidur. Jadi diperingatkan kepada anak-anak yang suka begadang, disarankan untuk tidak mengambil keputusan atau tidak mengambil tindakan apapun sampai setelah seperempat jam setelah bangun tidur. Itu sebabnya Allah swt berfirman:

اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنفُسَ حِينَ مَوْتِهَا وَالَّتِي لَمْ تَمُتْ فِي مَنَامِهَا فَيُمْسِكُ الَّتِي قَضَىٰ عَلَيْهَا الْمَوْتَ وَيُرْسِلَ الْأُخْرَىٰ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى ۚ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

Ayat ini menjelaskan tentang pentingnya tidur dan kaitan antara tidur dengan mati. Karena itu, kita harus perhatikan kondisi tidur kita, dengan berdzikir

kepada Allah swt sebelum tidur dan setelah bangun dari tidur.

Dalam sebuah studi ada hubungan masalah perilaku anak-anak dalam perubahan pola tidur mereka. Pertama, anak-anak yang hiperaktif pada siang hari cenderung akan bergerak gelisah dan banyak membalikkan badan pada saat mereka tidur, sehingga mempengaruhi durasi mereka tidur. Kedua, anak-anak dengan masalah perilaku di sekolah lebih besar untuk menolak tidur pada malam hari. Ketiga, anak-anak dengan masalah emosional lebih cenderung mengalami gangguan tidur pada malam hari dan sulit tidur, hal ini yang dapat menyebabkan perubahan pola tidur pada anak (Santrock, 201).

Penelitian lain oleh Tridhonanto dan Beranda, (2011) mengatakan bahwa perubahan aktivitas tidur yang berdampak negatif pada anak disebabkan karena permainan *video game* yang tidak terkontrol sehingga mempengaruhi jam biologis seseorang. Didukung oleh penelitian dari Sanditaria (2011) yang mengatakan bahwa beberapa dampak negatif yang disebabkan oleh sikap adiktif anak dalam memainkan *video game* yaitu anak menjadi sulit atau lupa untuk makan, tidak merawat diri dan mempunyai waktu tidur yang kurang.

Dari hasil penelitian Rini dan Dewi (2012) ini juga dapat disimpulkan bahwa semakin lama anak bermain *game online* maka semakin berubah pola tidurnya, hal tersebut di lihat dari perbedaan jumlah jam tidur tiap anak yang menjadi responden dan frekuensi anak terbangun di malam hari. Anak yang lebih sering bermain *game online* maka lebih sering terkena paparan cahaya komputer dan efeknya akan lebih banyak diterima sehingga lebih berpengaruh terhadap pola tidurnya. Meskipun demikian secara keseluruhan mayoritas anak yang

bermain *game online* baik dalam kategori singkat, cukup dan lama mengalami perubahan terhadap pola tidurnya.

2. Hubungan kecanduan bermain *game online* dengan motivasi belajar pada anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar

Game online tidak hanya mempengaruhi pola tidur anak tetapi berpengaruh juga pada motivasi belajarnya. Terbukti dari hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 76,3% mengalami motivasi belajar yang kurang baik akibat bermain *game online*. Adapun hasil analisis statistik dengan *uji Fisher's Exact* diperoleh nilai $p < 0,001$ yang lebih kecil dari 0,05, ini berarti ada hubungan yang signifikan antara kecanduan bermain *game online* dengan motivasi belajar anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Angela (2002) dalam Angela (2013) bahwa banyaknya pelajar-pelajar yang rela menyisihkan uang saku, membohongi orang tua hanya demi bermain *game online*, hal ini dikarenakan sifat *game online* yang cenderung adiktif atau membuat pemainnya merasa kecanduan untuk terus bermain sehingga waktu belajar, bersosialisasi pun berkurang bahkan tidak ada, ini dikarenakan mereka memfokuskan diri hanya untuk bermain, disadari apa tidak ini mempengaruhi perubahan motivasi belajar didalam diri pelajar-pelajar sekolah karena semakin sering bermain *game online* motivasi belajar akan ikut menurun dengan sendirinya, karena ini disebabkan

kelelahan yang terjadi setelah bermain sehingga ketika dirumah lebih memilih beristirahat daripada belajar sehingga waktu untuk belajar bahkan mengulang kembali pelajaran tidak ada waktu, dengan ini tidak jarang anak tidak konsentrasi bahkan sibuk sendiri ketika mengikuti pembelajaran dikelas.

Sedangkan dalam firman Allah swt. menyatakan dalam Q.S Al-Mujaadilah: 11.

يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ

Terjemahnya:

"Niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antara kalian dan orang-orang yang diberi ilmu (agama) beberapa derajat."

Ditinggikannya derajat dengan beberapa derajat, ini menunjukkan atas besarnya keutamaan, dan ketinggian di sini mencakup ketinggian maknawiyah di dunia dengan tingginya kedudukan dan bagusya suara (artinya dibicarakan orang dengan kebaikan) dan mencakup pula ketinggian hissiyyah (yang dirasakan oleh tubuh dan panca indera) di akhirat dengan tingginya kedudukan di jannah. (Fathul Baarii 1/141).

Ketertarikan terhadap game online tidak hanya karena adanya sosialisasi alat permainan serupa sejak kecil. Ketersediaan fasilitas berbasis teknologi sejak dini juga menjadi salah satu dorongan *gamer* pelajar menyukai game online. Ada rasa ingin tahu yang mendorong mereka untuk bermain game online. Tidak hanya karena hiburan namun lebih karena menganggap game online merupakan produk teknologi yang banyak menyimpan jawaban atas rasa ingin tahu. Rasa ingin tahu

merupakan salah satu faktor yang mendorong seseorang mencoba-coba hal asing yang belum diketahui sebelumnya.

Idealnya seorang siswa lebih mementingkan sekolah daripada bermain game online agar siswa tersebut memiliki sikap yang positif terhadap sekolahnya. Tetapi pada kenyataannya masih banyak siswa yang lebih mementingkan bermain game online daripada sekolah, sehingga siswa tersebut memiliki motivasi belajar yang rendah. Siswa menjadi sulit konsentrasi terhadap sekolah, sering malas bahkan bolos sekolah dan kurang peduli terhadap hal-hal yang terjadi di sekelilingnya. Siswa yang sudah kecanduan akan melakukan apapun agar bisa bermain game, misalnya berbohong atau mencuri uang. Siswa yang terbiasa hanya berinteraksi satu arah dengan komputer/Internet membuat ia menjadi tertutup dan sulit mengekspresikan diri ketika berada di lingkungan nyata.

Penelitian lain yang dikemukakan oleh Lekatompessy (2010) bahwa game online sebagai bagian dari budaya juga berpengaruh terhadap motivasi berprestasi. Dari hal tersebut dapat kita lihat bahwa, game online yang ada sangat berdampak negatif bagi siswa. Game yang tidak mendidik, sebab gambar-gambarnya hanya fantasi belaka, sehingga sifatnya hanya menyenangkan, dan game hanya membuang-buang uang, waktu, dan membuat seseorang menjadi malas. Namun dari sisi negatif ada juga sisi positif dari bermain game, dapat terlihat dari motivasi seseorang memainkannya. Hal ini disebabkan oleh kenyataan bahwa ketika bermain game online, seseorang menginvestasikan waktu, pikiran, tenaga serta uang.

Menurut Donald (dalam Hadis dan Nurhayati, 2010) mendefinisikan motivasi sebagai perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya “*feeling*” dan didahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan. Peserta didik yang melakukan aktivitas belajar karena memiliki motivasi belajar. Motivasi belajar yang baik akan melahirkan proses dan hasil belajar yang baik tanpa memikirkan hal lain, misalnya bermain game online. Sebaliknya siswa yang motivasi belajar rendah menampilkan keengganan, perhatiannya terpusat pada permainan game online. Oleh karena itu, para guru harus dapat menerapkan proses pembelajaran di kelas yang dapat menumbuhkembangkan motivasi belajar pada diri peserta didik.

Menurut Winkel (2006) motivasi belajar terbagi atas dua bentuk, yaitu motivasi ekstrinsik dan motivasi intrinsik. Motivasi ekstrinsik adalah bentuk motivasi yang di dalamnya aktivitas belajar dimulai dan diteruskan berdasarkan suatu dorongan yang tidak secara mutlak berkaitan dengan aktivitas belajar. Misalnya anak rajin belajar untuk memperoleh hadiah yang telah dijanjikan kepadanya oleh orang tua. Sedangkan motivasi intrinsik adalah bentuk motivasi yang di dalamnya aktivitas belajar dimulai dan diteruskan berdasarkan suatu dorongan yang secara mutlak berkaitan dengan aktivitas belajar. Misalnya anak belajar karena ingin mengetahui seluk-beluk suatu masalah selengkap-lengkapnyanya.

Purkey (dalam Hadis dan Nurhayati, 2010) berpendapat bahwa setiap siswa akan termotivasi secara intrinsik, jika ada kepuasan dalam dirinya dalam menghadapi berbagai permasalahan di lingkungan belajar. Jika peserta didik

mencapai kepuasan belajar, maka ia akan terdorong untuk berprestasi selanjutnya dan berusaha untuk mengontrol dan mengarahkan perilakunya ke arah yang produktif.

Kristiana (2012), dalam penelitiannya yang berjudul “Pengaruh *Game Online Sara’s Cooking Class* terhadap Minat dan Motivasi Belajar Siswa Kelas X Jasa Bogap ada Mata Pelajaran Pengolahan Makanan Kontinental di Smk N 1 Sewon” menunjukkan bahwa *game online Sara’s Cooking Class* berpengaruh terhadap minat dan motivasi belajar siswa kelas X Jasa Boga SMK N 1 Sewon pada mata pelajaran Pengolahan Makanan Kontinental (ada perbedaan nilai sebelum dan sesudah perlakuan) dengan temuan $P = 0,000 < 0,05$ untuk variabel minat belajar dan $P = 0,001 < 0,05$ untuk variabel motivasi belajar.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Malahayati (2012) dengan judul “Hubungan Kebiasaan Bermain Video *Game* dengan Tingkat Motivasi Belajar pada Anak Usia Sekolah” menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kebiasaan bermain video *game* dengan tingkat motivasi belajar pada anak usia di sekolah, hasil penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan bermain video *game* anak-anak 65% tergolong kategori normal dan tingkat motivasi belajar anak-anak 56% tergolong kategori rendah.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Dari hasil *uji Fisher's Exact*, ada hubungan yang signifikan antara kecanduan bermain game online dengan pola tidur usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar ($P = 0,001$). Dimana sebanyak 71% anak yang kecanduan bermain *game online* mengalami gangguan pola tidur.
2. Dari hasil *uji Fisher's Exact*, ada hubungan yang signifikan antara kecanduan bermain game online dengan motivasi belajar anak usia 10-12 tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makassar ($P < 0,001$). Dimana sebanyak 76,3% anak yang kecanduan bermain *game online* memiliki motivasi belajar yang kurang.

B. Saran

1. Bagi Pelayanan Keperawatan

Kepada pemberi pelayanan kesehatan untuk memberikan informasi kepada orang tua dan anak bahwa bermain game online berlebihan dapat mengganggu pola tidur dan motivasi belajar.

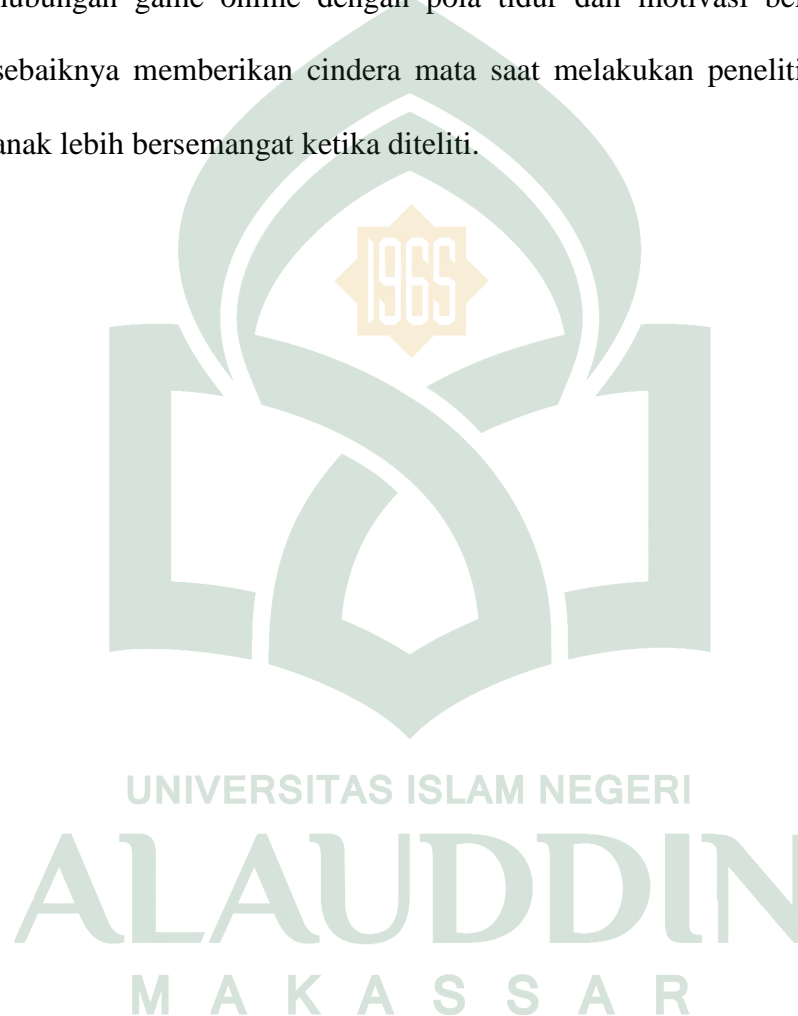
2. Bagi Institusi Pendidikan

Anak-anak yang kecanduan game online membuat pola tidur mereka terganggu dan motivasi belajarnya menjadi berkurang, sehingga diharapkan kepada pihak sekolah untuk mengontrol siswa siswinya ketika

pulang sekolah tidak mampir ke warnet melainkan langsung pulang ke rumah.

3. Bagi peneliti selanjutnya.

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti lebih jauh tentang hubungan game online dengan pola tidur dan motivasi belajar anak, sebaiknya memberikan cinderamata saat melakukan penelitian supaya anak lebih bersemangat ketika diteliti.



DAFTAR PUSTAKA

- Andang, Ismail. *Education Games (Menjadi cerdas dan ceria Dengan permainan edukatif)*. Yogyakarta: Pilar Media. 2006.
- Android 2.0 does indeed feature multitouch, [online], (<http://androidandme.com/2009/10/news/android-20does-indeed-featuremultitouch/>), diakses 15 Juni 2012).
- Angela. 2002. Dalam Angela. 2013. *Pengaruh Game Online Terhadap Motivasi Belajar Siswa SDN 015 Kelurahan Sidomulyo Kecamatan Samarinda Ilir*. Journal Ilmu Komunikasi. ISSN 0000 0000. Vol. 1 No. 2. Tahun 2013. Hal 534-535. <http://ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2013/07/Jurnal%20PDF%20%2807-16-13-03-10-24%29.pdf>(diakses 13 Maret 2014)
- Anni, Chatarina Tri, dkk. *Psikologi Belajar*. Semarang: UPT MKK UNNES. 2006
- Alimul, Aziz H. *Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: Salemba Medika. 2006
- Aqib, Zainal dan Rohmanto, Elham. “*Membangun Profesionalisme Guru dan Pengawas Sekolah*”. Irama Widya. Bandung. 2008.
- Bambang Rudito, *Media Famiola. Sosial Mapping Metode Pemetaan Sosial*. Bandung: Rekayasa Sains. 2008
- Berman, A., Snyder, S.J., Kozier, B., Erb, G. 2008. *Fundamentals of Nursing Concept, Prpcess and Practice (8th ed.)* Ney Jersey: Person Education
- Brandon Peters, M.D Created January 06. *Sleep Deprived Children Have Health Problems*. 2011
- Davison, Andrew. *Killer Game Programming in Java*, O'Reilly Media. Sebastopol. 2005
- Djamarah, S.B. 2008. *Psikologi Belajar. Edisi 2*. Jakarta: Rineka Cipta
- Suryabrata, Sumadi. 2008. *Psikologi Pendidikan. Edisi 5*. Jakarta: Raja Grafindo Perkasa
- Dlugosz, Alexander, Jump (2012). <http://www.thejavahub.net/index.php?topic=1683.msg11436;topicseen#msg11436> diakses pada tanggal 15 september 2012 pukul 08.00(GMT +7)
- Dworak, M., Thomas Schierl, Thomas Impact of singular excessive computer game and television exposure on sleep pattern and memory performance

of school-aged children. *Official journal of the American academy of pediatrics*. <http://pediatric.aapublications.org/content/120/5/978.html>

Efrida (2006). Motivasi Belajar. Artikel. Diambil dari

<http://www.scribd.com/doc/83322807/Chapter-II-Faktor-Yang-Mempengaruhi-Motivasi> pada tanggal 19 Februari 2012.

Fery Pria Purnma. *Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Konsumen dalam Menggunakan Jasa Warung Internet Game Online (Studi di Kecamatan Sukasari Kota Bandung)*. 2013

Hamalik, Oemar. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara. 2005

Hidayanti, Yatik. *Pengaruh Motivasi, Metode Pembelajaran dan Lingkungan*

terhadap Prestasi Belajar Akuntansi Pada Siswa Kelas X SMAN 12 Semarang. UNNES: Skripsi. 2006

Hidayat.A.A.A. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika. 2007

Jonathan, Sarwono. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu. 2006

Kamus Macmillan, 2009-2011. Diakses pada 6 Mei 2011 dari Situs <http://www.macmillandictionary.com/dictionary/british/gae>. [internet]

Kristiana, Nanik. *Pengaruh game online sara's cooking class terhadap minat dan motivasi belajar siswa kelas x jasa boga pada mata pelajaran pengolahan makanan kontinental di smk n 1 sewon*. Yogyakarta: Skripsi. 2012

Kuss, D.J & Griffiths, M.D. *Excessive online social networking: Can adolescents become addicted to Facebook?*, *Education and Helath*. 29, (4), 68-71. 2011

Lekatompessy, Yonelco. 2010. *Hubungan antara Intensitas Game Online dengan Motivasi Belajar Siswa SMU Negeri 1 Salatiga*. Manuskrip (skripsi Psikologi UKSW)

Lindsay Grace (2010). Game Type and Game Genre. Diakses pada 6 Mei 2011 dari http://www.lgrace.com/documents/Game_types_and_genres.pdf. [internet]

Malahayati. *Propil Motip Berprestasi Siswa SMP Berdasarkan Urutan Kelahiran Dalam Keluarga Dan Jenis kelamin*. USPIN: Skripsi. 2012

- Manurung, Riadan Lina Sudarwati. *Realitas pembauran etnis Cina di kota Medan*. Jurnal Komunikasi Penelitian. Volume 17 (1). Hal 23-28. Universitas Sumatera Utara. 2005
- Metaio, [online], (<http://www.metaio.com/>, diakses tanggal 3 Maret 2012)
- Nuraini. (2011). Intensitas Belajar Siswa. <http://suaraguru.wordpress.com/2011/12/01/>. Akses 11 September 2012
- Nursalam. *Konsep dan Penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika. 2008
- Prasadja, Andreas. *Ayo Bangun dengan Bugar Karena Tidur yang Benar*. Jakarta Selatan: Hikmah. 2009
- Trias, Rini dan Listyorini, Dewi. *Hubungan lama permainan game online dengan pola tidur anak usia 10-12 tahun di wilayah jaten kabupaten karanganyar*. Jurnal penelitian. Universitas Muhammadiyah Surakarta. 2012
- Riyanti. L (2007) *pengaruh pola tidur malam terhadap usia mentruasi pertama (menarche) pada anak SD di Yogyakarta*. Karya tulis Ilmiah, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
- Rollings, Andrew; Ernest Adams. *Fundamentals of Game Design*. Prentice Hall. 2006
- Samuel Henry, *Panduan Praktis Membuat Game 3D*, Penerbit Graha Ilmu, Yogyakarta, 2005.
- Sanditaria(2012) *Adiksi Bermain Game Online Pada Anak Usia Sekolah di Warung Internet Penyedia Game Online Jatinangor Sumedang*. Karya Tulis Ilmiah Ilmu Keperawatan Universitas Padjadjaran
- Santrock, J. W. *Psikologi Pendidikan (Edisi 1)*. Jakarta: Kencana Prenada. 2007
- Santrock W. John. *Masa perkembangan anak*. (11th ed.) Salemba. Jakarta. 2011
- Sardiman, AM. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. 2006.
- Scheel, J. *The Art of Game design*. USA : Elsevier Inc. 2008.

- Siswanto. Kesehatan Mental: *Konsep Cakupan dan Perkembangannya*. Yogyakarta: Andi. 2007
- Sommerville, Ian, *Software Engineering – Eight Edition*, Addison Wesley, Massachussets. 2007
- Suveraniam, GN. *Pengaruh Game Online Terhadap Prestasi Akademik pada siswa SMA di Kota Medan*. KTI. 2011
- Suyanto, S. *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Hikayat Publishing. 2005
- Tabrani Rab. (2007). *Agenda Gawat Darurat*. Jilid 1. Bandung : PT. ALUMNI Bandung.
- Tarwoto & Wartonah. *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan* Edisi ketiga. Jakarta: Salemba Medika. 2006
- Thomas e. Brown and William j. McMullen, jr. (2005). *Attention Deficit Disorders and Sleep/Arousal Disturbance*. Clinic for Attention and Related Disorders, journal American Psychiatric Press, Washington, DC. Yale University School of Medicine, New Haven,
- Thomas. (2010, Maret). Genre and game studies : Toward a critical approach to video game genres. *Simulation & Gaming*, Vol. 37. http://www.academia.edu/385966/Genre_and_Game_Studies_Toward_a_Critical_Approach_to_Video_Game_Genres Diakses pada tanggal 7 oktober 2012 pukul 12.00 (GMT +7)
- Tridhonanto & Beranda Agency. *Optimalkan Potensi Anak Dengan Game*. Jakarta : PT Elex Media Komputindo. 2011
- Uno, Hamzah B. *Teori motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta : PT Bumi Aksara. 2008
- Widodo, Joko. *Analisis Kebijakan Publik*. Malang : Bayumedia Publishing. 2009
- Winkel. W. *Psikologi Pengajaran*, Gramedia, Jakarta. 2006
- Wong, L and Hockenberry. *Nursing Care Of Infant and Children*. St.Lous Mosby : Mosby Inc. 2005
- Wong, Donna L. *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik*. Jakarta: EGC. 2008.
- _____, Donna L, dkk. *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik, Volume 2*. Jakarta : EGC. 2009.

IDENTITAS RESPONDEN

1. Nama (Inisial) :
2. Umur :
3. Jenis Kelamin : Laki – Laki ☐
- Perempuan ☐

Cara pengisian kuesioner :

Adik-adik (responden) cukup memberikan tanda silang (X) pada pilihan jawaban yang tersedia sesuai dengan pendapat Adik – adik (responden) . Setiap pernyataan mengharapkan hanya ada satu jawaban. Setiap angka akan mewakili tingkat kesesuaian dengan pendapat Adik – adik (responden). Skor/Nilai jawaban adalah sebagai berikut :

Skor/Nilai 1 : Sangat tidak setuju (STS)

Skor/Nilai 2 : Tidak setuju (TS)

Skor/Nilai 3 : Cukup Setuju (CS)

Skor/Nilai 4 : Setuju (S)

Skor/Nilai 5 : Sangat Setuju (SS)



DAFTAR PERNYATAAN UNTUK VARIABEL GAME ONLINE

No	Pernyataan	Nilai				
		SS	S	CS	TS	STS
1	Saya bermain game online setiap hari					
2	Saya bermain game online kurang dari 1 jam per hari					
3	Saya bermain game online kurang dari 2 jam per hari					
4	Saya bermain game online lebih dari 3 jam per hari					
5	Saya merasa terganggu apabila belum menyelesaikan permainan game online					
6	Saya bermain game online ketika pekerjaan rumah (PR) banyak					
7	Saya merasa sepi jika tidak bermain game online					

DAFTAR PERNYATAAN UNTUK VARIABEL POLA TIDUR

No	Pernyataan	Nilai				
		SS	S	CS	TS	STS
1	Saya bangun telat ketika bermain game online hingga larut malam					
2	Saya merasa lelah/ngantuk karena sering bermain game online					
3	Saya sulit tidur jika siang hari saya bermain game online					
4	Saya sering terbawa mimpi jika sudah bermain game online					
5	Saya lebih menyukai bermain game online daripada tidur siang					
6	Saya terbiasa bermain game sebelum tidur malam					
7	Pola tidur saya tidak teratur karena sering bermain game					

DAFTAR PERNYATAAN UNTUK VARIABEL MOTIVASI BELAJAR

No	Pernyataan	Nilai				
		SS	S	CS	TS	STS
1	Saya sering lalai dari PR karna bermain game online					
2	Saya mendapat nilai yang tidak memuaskan karena bermain game online					
3	Saya tidak memahami dengan baik penjelasan guru karena game online					
4	Saya tidak dapat menyelesaikan PR sendiri karena sering bermain game online					
5	Saya tidak senang jika diberi PR oleh guru karna menyita waktu bermain game					
6	Saya sulit untuk berpendapat saat belajar apabila selesai bermain game					
7	Saya merasa ragu-ragu menjawab pertanyaan guru karena sering bermain game					



LAMPIRAN HASIL SPSS 22

Frequencies

		Statistics		
		Game Online	Pola Tidur	Motivasi Belajar
N	Valid	76	76	76
	Missing	0	0	0

Frequency Table

		Game Online			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kecanduan	64	84.2	84.2	84.2
	Tdk Kecanduan	12	15.8	15.8	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

		Pola Tidur			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Terganggu	58	76.3	76.3	76.3
	Tdk Terganggu	18	23.7	23.7	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

		Motivasi Belajar			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	60	78.9	78.9	78.9
	Baik	16	21.1	21.1	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Game Online * Pola Tidur	76	100.0%	0	0.0%	76	100.0%
Game Online * Motivasi Belajar	76	100.0%	0	0.0%	76	100.0%

Game Online * Pola Tidur

Crosstab

			Pola Tidur		Total
			Terganggu	Tdk Terganggu	
Game Online	Kecanduan	Count	54	10	64
		% within Game Online	84.4%	15.6%	100.0%
		% within Pola Tidur	93.1%	55.6%	84.2%
		% of Total	71.1%	13.2%	84.2%
	Tdk Kecanduan	Count	4	8	12
		% within Game Online	33.3%	66.7%	100.0%
		% within Pola Tidur	6.9%	44.4%	15.8%
		% of Total	5.3%	10.5%	15.8%
Total		Count	58	18	76
		% within Game Online	76.3%	23.7%	100.0%
		% within Pola Tidur	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	76.3%	23.7%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	14.565 ^a	1	.000		
Continuity Correction ^b	11.878	1	.001		
Likelihood Ratio	12.455	1	.000		
Fisher's Exact Test				.001	.001
Linear-by-Linear Association	14.374	1	.000		
N of Valid Cases	76				

a. 1 cells (25.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2.84.

b. Computed only for a 2x2 table

Game Online * Motivasi Belajar

Crosstab

			Motivasi Belajar		Total
			Kurang	Baik	
Game Online	Kecanduan	Count	58	6	64
		% within Game Online	90.6%	9.4%	100.0%
		% within Motivasi Belajar	96.7%	37.5%	84.2%
		% of Total	76.3%	7.9%	84.2%
	Tdk Kecanduan	Count	2	10	12
		% within Game Online	16.7%	83.3%	100.0%
		% within Motivasi Belajar	3.3%	62.5%	15.8%
		% of Total	2.6%	13.2%	15.8%
Total		Count	60	16	76
		% within Game Online	78.9%	21.1%	100.0%
		% within Motivasi Belajar	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	78.9%	21.1%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	33.257 ^a	1	.000		
Continuity Correction ^b	28.956	1	.000		
Likelihood Ratio	27.589	1	.000		
Fisher's Exact Test				.000	.000
Linear-by-Linear Association	32.819	1	.000		
N of Valid Cases	76				

a. 1 cells (25.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2.53.

b. Computed only for a 2x2 table

4	3	4	3	27	Kecanduan
4	4	4	3	27	Kecanduan
4	5	2	4	27	Kecanduan
5	4	3	5	29	Kecanduan
4	5	3	4	29	Kecanduan
3	4	3	5	28	Kecanduan
2	3	3	2	17	Tdk Kecanduan
4	5	4	3	26	Kecanduan
3	4	4	3	24	Kecanduan
3	5	4	3	25	Kecanduan
4	4	3	3	26	Kecanduan
5	3	3	4	26	Kecanduan
4	3	3	4	27	Kecanduan
2	2	2	2	16	Tdk Kecanduan
4	4	4	5	30	Kecanduan
3	5	3	4	27	Kecanduan
4	4	1	2	23	Kecanduan
4	5	4	3	28	Kecanduan
4	4	4	3	25	Kecanduan
2	3	3	3	18	Tdk Kecanduan
4	3	3	5	28	Kecanduan
5	3	5	2	27	Kecanduan
5	3	5	2	29	Kecanduan
5	3	4	2	24	Kecanduan
3	4	5	3	25	Kecanduan
3	2	4	4	22	Kecanduan
2	2	3	3	19	Kecanduan
2	1	2	1	11	Tdk Kecanduan
2	4	4	5	27	Kecanduan

4	3	4	3	27	Kecanduan
4	4	4	3	27	Kecanduan
4	5	2	4	27	Kecanduan
5	4	3	5	29	Kecanduan
4	5	3	4	29	Kecanduan
3	4	3	5	28	Kecanduan
2	3	3	2	17	Tdk Kecanduan
4	5	4	3	26	Kecanduan
3	4	4	3	24	Kecanduan
3	5	4	3	25	Kecanduan
4	4	3	3	26	Kecanduan
5	3	3	4	26	Kecanduan
4	3	3	4	27	Kecanduan
2	2	2	2	16	Tdk Kecanduan
4	4	4	5	30	Kecanduan
3	5	3	4	27	Kecanduan
4	4	1	2	23	Kecanduan
4	5	4	3	28	Kecanduan
4	4	4	3	25	Kecanduan
2	3	3	3	18	Tdk Kecanduan
4	3	3	5	28	Kecanduan
5	3	5	2	27	Kecanduan
5	3	5	2	29	Kecanduan
5	3	4	2	24	Kecanduan
3	4	5	3	25	Kecanduan
3	2	4	4	22	Kecanduan
2	2	3	3	19	Kecanduan
2	1	2	1	11	Tdk Kecanduan
2	4	4	5	27	Kecanduan

48	5	4	5	2	4	3	5	28	Kecanduan
49	4	5	3	2	5	4	4	27	Kecanduan
50	5	5	3	2	5	4	4	28	Kecanduan
51	2	2	2	1	3	3	3	16	Tdk Kecanduan
52	4	4	5	5	3	4	4	29	Kecanduan
53	4	5	4	5	3	5	5	31	Kecanduan
54	4	4	5	4	5	5	4	31	Kecanduan
55	4	3	4	5	4	3	5	28	Kecanduan
56	3	2	2	3	3	3	3	19	Tdk Kecanduan
57	4	5	4	3	4	5	5	30	Kecanduan
58	2	2	3	2	3	2	2	16	Tdk Kecanduan
59	4	4	3	4	5	5	4	29	Kecanduan
60	4	4	4	4	4	2	4	26	Kecanduan
61	4	4	4	3	3	4	4	26	Kecanduan
62	3	2	5	4	4	4	4	26	Kecanduan
63	4	2	4	5	5	4	3	27	Kecanduan
64	4	4	3	5	3	5	3	27	Kecanduan
65	2	2	3	3	3	2	3	18	Tdk Kecanduan
66	2	2	4	4	5	4	5	26	Kecanduan
67	2	3	5	4	3	5	4	26	Kecanduan
68	2	3	4	5	4	5	5	28	Kecanduan
69	3	5	3	5	5	4	4	29	Kecanduan
70	3	3	3	3	2	2	3	19	Tdk Kecanduan
71	4	2	3	5	4	4	4	26	Kecanduan
72	4	2	3	3	2	5	5	24	Kecanduan
73	4	2	4	4	3	3	5	25	Kecanduan
74	5	4	5	5	4	4	4	31	Kecanduan
75	4	4	3	4	5	5	5	30	Kecanduan
76	4	2	3	4	4	3	3	23	Kecanduan
Total	280	268	271	274	276	280	282	1931	

POLA TIDUR

No	1	2	3	4	5	6	7	Total	KO
1	3	2	2	2	2	2	2	15	Tdk Terganggu
2	4	2	4	5	5	4	3	27	Terganggu
3	2	3	3	2	3	3	3	19	Tdk Terganggu
4	5	2	3	5	5	4	4	28	Terganggu
5	2	2	4	4	5	4	5	26	Terganggu
6	2	3	5	4	3	5	4	26	Terganggu
7	2	3	2	2	3	2	3	17	Tdk Terganggu
8	3	5	3	5	5	4	4	29	Terganggu
9	4	5	5	4	3	5	4	30	Terganggu
10	4	2	3	5	4	4	4	26	Terganggu
11	3	2	3	3	2	2	3	18	Tdk Terganggu
12	4	2	4	4	3	3	5	25	Terganggu
13	5	4	5	5	4	4	4	31	Terganggu
14	4	4	3	4	5	5	5	30	Terganggu
15	4	2	3	4	4	3	3	23	Terganggu
16	2	3	3	3	3	3	3	20	Tdk Terganggu
17	4	2	4	5	4	5	5	29	Terganggu
18	4	4	5	3	5	3	4	28	Terganggu
19	2	3	2	2	3	2	2	16	Tdk Terganggu
20	5	5	3	5	4	5	4	31	Terganggu
21	3	3	4	4	5	3	5	27	Terganggu
22	3	3	3	3	5	4	4	25	Terganggu
23	5	5	4	4	5	5	5	33	Terganggu
24	1	1	1	1	2	2	2	10	Tdk Terganggu
25	4	4	4	6	5	4	3	30	Terganggu
26	3	3	4	4	4	5	5	28	Terganggu
27	3	5	5	3	5	4	5	30	Terganggu
28	5	4	3	2	3	3	5	25	Terganggu
29	3	2	2	2	1	1	1	12	Tdk Terganggu
30	4	5	3	3	4	5	4	28	Terganggu
31	4	5	4	4	5	4	5	31	Terganggu
32	5	5	5	5	4	3	4	31	Terganggu
33	2	3	3	3	3	3	2	19	Tdk Terganggu
34	5	5	5	5	4	5	5	34	Terganggu
35	3	5	4	3	5	4	3	27	Terganggu
36	4	4	2	4	5	5	5	29	Terganggu
37	3	3	2	3	3	3	3	20	Tdk Terganggu
38	5	5	2	5	4	5	4	30	Terganggu
39	4	5	3	3	4	4	4	27	Terganggu
40	5	5	4	3	2	3	2	24	Terganggu
41	4	4	3	4	4	4	3	26	Terganggu
42	2	2	3	3	3	2	3	18	Tdk Terganggu
43	4	5	4	5	4	3	4	29	Terganggu
44	3	2	2	3	3	3	3	19	Tdk Terganggu

45	3	3	5	5	5	5	4	30	Terganggu
46	4	3	4	4	3	4	4	26	Terganggu
47	2	2	3	2	2	3	3	17	Tdk Terganggu
48	5	4	4	3	3	4	4	27	Terganggu
49	4	5	5	2	4	5	5	30	Terganggu
50	4	4	4	3	5	4	4	28	Terganggu
51	2	2	3	3	2	3	3	18	Tdk Terganggu
52	4	4	4	3	4	4	4	27	Terganggu
53	3	5	5	3	5	5	5	31	Terganggu
54	3	5	4	3	3	4	5	27	Terganggu
55	4	4	5	4	5	3	3	28	Terganggu
56	2	3	3	2	3	3	3	19	Tdk Terganggu
57	5	5	4	3	4	4	4	29	Terganggu
58	4	5	5	4	5	3	5	31	Terganggu
59	5	5	4	5	5	4	3	31	Terganggu
60	3	3	5	3	3	5	5	27	Terganggu
61	3	3	4	4	3	3	4	24	Terganggu
62	4	2	3	5	3	3	5	25	Terganggu
63	4	2	4	3	3	3	5	24	Terganggu
64	5	4	5	5	5	3	4	31	Terganggu
65	3	3	2	3	3	3	2	19	Tdk Terganggu
66	4	5	5	4	5	3	3	29	Terganggu
67	4	5	4	4	4	4	3	28	Terganggu
68	4	4	2	3	3	5	4	25	Terganggu
69	4	4	3	4	3	1	5	24	Terganggu
70	4	4	5	2	4	2	4	25	Terganggu
71	4	5	4	3	4	2	5	27	Terganggu
72	2	2	3	3	3	1	2	16	Tdk Terganggu
73	2	2	4	3	3	3	3	20	Terganggu
74	3	4	4	3	3	3	2	22	Terganggu
75	3	3	3	5	2	3	4	23	Terganggu
76	2	3	2	3	3	3	2	18	Tdk Terganggu
Total	267	270	272	270	282	267	284	1912	

MOTIVASI BELAJAR

No	1	2	3	4	5	6	7	Total	KO
1	4	4	4	2	4	3	4	25	Kurang
2	2	3	2	3	2	3	3	18	Baik
3	4	4	4	4	4	4	4	28	Kurang
4	5	4	5	2	4	3	5	28	Kurang
5	4	5	3	2	5	4	4	27	Kurang
6	2	2	3	2	3	3	2	17	Baik
7	3	3	4	1	5	4	4	24	Kurang
8	2	1	1	5	2	1	1	13	Baik
9	4	5	4	5	3	5	5	31	Kurang
10	4	4	5	4	5	5	4	31	Kurang
11	1	3	2	2	1	3	2	14	Baik
12	5	5	5	3	3	3	4	28	Kurang
13	4	5	4	3	4	5	5	30	Kurang
14	4	4	3	4	3	2	5	25	Kurang
15	4	4	3	4	5	5	4	29	Kurang
16	2	2	3	3	2	2	2	16	Baik
17	4	4	4	3	3	4	4	26	Kurang
18	3	2	5	4	4	4	4	26	Kurang
19	4	2	4	5	5	4	3	27	Kurang
20	2	2	3	2	3	2	3	17	Baik
21	5	2	3	5	5	4	4	28	Kurang
22	2	2	4	4	5	4	5	26	Kurang
23	2	3	2	2	3	3	3	18	Baik
24	2	3	4	5	4	5	5	28	Kurang
25	3	5	3	5	5	4	4	29	Kurang
26	4	5	5	4	3	5	4	30	Kurang
27	4	2	3	5	4	4	4	26	Kurang
28	4	2	3	3	2	5	5	24	Kurang
29	3	2	2	2	3	3	2	17	Baik
30	5	4	5	5	4	4	4	31	Kurang
31	4	4	3	4	5	5	5	30	Kurang
32	4	2	3	4	4	3	3	23	Kurang
33	5	3	3	4	5	4	3	27	Kurang
34	4	2	4	5	4	5	5	29	Kurang
35	4	4	5	3	5	3	4	28	Kurang
36	4	4	4	4	3	4	5	28	Kurang
37	2	2	3	3	3	2	3	18	Baik
38	3	3	4	4	5	3	5	27	Kurang
39	3	3	3	3	5	4	4	25	Kurang
40	5	5	4	4	5	5	5	33	Kurang
41	5	3	3	5	4	2	5	27	Kurang
42	4	4	4	6	5	4	3	30	Kurang
43	3	3	4	4	4	5	5	28	Kurang
44	3	2	2	3	2	2	3	17	Baik

45	5	4	3	2	3	3	5	25	Kurang
46	3	4	5	5	5	4	3	29	Kurang
47	4	5	3	3	4	5	4	28	Kurang
48	4	5	4	4	5	4	5	31	Kurang
49	5	5	5	5	4	3	4	31	Kurang
50	5	4	4	3	4	4	2	26	Kurang
51	3	3	2	2	2	3	3	18	Baik
52	5	3	4	5	4	5	4	30	Kurang
53	5	4	4	4	5	5	4	31	Kurang
54	4	5	5	4	5	5	3	31	Kurang
55	5	5	4	3	2	5	3	27	Kurang
56	3	3	3	2	2	2	2	17	Baik
57	4	4	4	4	1	5	5	27	Kurang
58	3	3	2	2	3	3	3	19	Baik
59	4	4	5	5	3	4	5	30	Kurang
60	4	4	5	5	4	4	4	30	Kurang
61	3	3	5	4	5	4	3	27	Kurang
62	2	2	2	3	3	3	3	18	Baik
63	5	5	2	4	5	2	4	27	Kurang
64	5	5	2	5	4	3	5	29	Kurang
65	5	5	3	4	5	3	4	29	Kurang
66	5	4	4	3	4	3	5	28	Kurang
67	5	4	3	4	3	3	4	26	Kurang
68	4	3	3	4	5	4	3	26	Kurang
69	3	3	4	3	4	4	3	24	Kurang
70	3	2	2	3	3	2	3	18	Baik
71	3	5	4	4	4	3	3	26	Kurang
72	4	4	3	5	3	3	4	26	Kurang
73	5	4	4	4	3	3	4	27	Kurang
74	5	5	5	5	4	4	5	33	Kurang
75	3	3	2	2	3	3	3	19	Baik
76	5	4	3	3	5	3	4	27	Kurang
Total	285	268	267	277	286	275	289	1947	

24	76	100	31.6
27	76	100	35.5
25	76	100	32.9

#DIV/0!

#DIV/0!

#DIV/0!

#DIV/0!

#DIV/0!

#DIV/0!

#DIV/0!

#DIV/0!

76



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
ALAUDDIN
 M A K A S S A R